

Jenni Ripatti

# NUORTEN KOKEMUKSIA KOUVOLAN NUORTEN PAJAN VAIKUTTAVUU- DESTA

Opinnäytetyö  
Sosiaalialan koulutusohjelma

Marraskuu 2015

<b>Tekijä/Tekijät</b>	<b>Tutkinto</b>	<b>Aika</b>
Jenni Ripatti	Sosionomi (AMK)	Marraskuu 2015
<b>Opinnäytetyön nimi</b>		45 sivua 3 liitesivua
Nuorten kokemuksia Kouvolan Nuorten pajan vaikuttavuudesta		
<b>Toimeksiantaja</b>		
Kouvolan kaupunki		
<b>Ohjaaja</b>		
Lehtori Johanna Jussila		
<b>Tiivistelmä</b>		
<p>Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaisia kokemuksia nuorilla on Kouvolan Nuorten Pajan toiminnasta. Kouvolan Nuorten paja on 16 - 30-vuotiaille suunnattu matalan kynnyksen palvelu. Paja on tarkoitettu nuorille, jotka ovat syystä tai toisesta jääneet palveluiden ulkopuolelle. Pajalla voidaan opetella esimerkiksi arjenhallintaan liittyviä asioita tai palauttaa normaalia päivärytmiä. Opinnäytetyön toisena tavoitteena oli selvittää nuorten kokemuksia siitä, onko pajan toimintaan osallistuminen vaikuttanut heidän arjenhallintaansa ja onko siitä ollut hyötyä nuorille. Tavoitteena ei ollut yleistää tutkimusta yleiselle tasolle, vaan saada tietoa kyseisen pajan vaikuttavuudesta ja käyttää saatua tietoa pajatoiminnan kehittämisessä.</p> <p>Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Työn aineistonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Opinnäytetyön kohderyhmänä oli pajan toimintaan osallistuvat nuoret. Tutkimusta varten haastateltiin neljää pajatoimintaa osallistuvaa nuorta. Haastateltavat olivat iältään 21 - 28-vuotiaita. Nuoret olivat joko työttömiä tai heillä ei ollut ammatillista koulutusta tai se oli kesken. Kaikilla nuorilla oli kokemusta pajasta ja sen toiminnasta usean kuukauden ajalta. Teemahaastattelut toteutettiin kahtena eri päivänä.</p> <p>Tutkimustulosten mukaan nuorten kokemukset Nuorten Pajan toiminnasta olivat positiivisia. Nuoret kuvailivat pajatoimintaa mukavaksi ja tarpeelliseksi. Ohjaus pajalla koettiin hyväksi ja ohjausta nuoret olivat saaneet esimerkiksi opiskeluun tai työllistymiseen liittyvissä asioissa sekä neuvoja erilaisten hakemusten täyttämiseen. Tulosten mukaan pajan toiminnasta oli hyötyä kaikille nuorille.</p> <p>Merkittävimmin pajatoimintaan osallistuminen oli vaikuttanut arjenhallinnan osa-alueista normaalin päivärytmin ylläpitoon. Pajan toiminta ylläpitää päivän rutiineja ja sitä kautta helpottaa myös esimerkiksi säännöllistä ruokailua ja illalla nukkumaan käymistä. Lisäksi se tuo sisältöä päiviin. Pajan toimintaa osallistuminen nostatti myös nuorten mielialaa. Pajatoiminnalla ei tutkimustulosten mukaan ole ollut yhtä suurta vaikutusta muihin arjenhallinnan osa-alueisiin, vaikka pieniä positiivisia muutoksia havaittiinkin.</p>		
<b>Asiasanat</b>		
elämänhallinta, nuoret, nuorisotakuu, syrjäytyminen		

Author (authors)	Degree	Time
Jenni Ripatti	Bachelor of Social Services	November 2015
<b>Thesis Title</b>		
Young adults' Experiences the Effectiveness of Nuorten paja of Kouvola		45 pages 3 pages of appendices
<b>Commissioned by</b>		
City of Kouvola		
<b>Supervisor</b>		
Johanna Jussila, Senior Lecturer		
<b>Abstract</b>		
<p>The purpose in this thesis was to examine young adults' experiences of Nuorten paja activities. Nuorten paja of Kouvola is a low-threshold service for 16 - 30 year-old. The Workshop is intended for young adults who have, for some reason, fallen outside of services. At the workshop young adults are learning, for example, issues related to the management of everyday life. The objective in this thesis was to examine their experiences and to find out whether participating in workshop activities affected young adults' everyday management and whether it was useful to them. The purpose was not to generalize the thesis to a general level but use the information in the development of activities.</p>		
<p>This thesis is qualitative research and the material was collected by theme interviews. Interviews were conducted by individual interviews. Four young adults, who participated in activities, were interviewed. The young adults were 21 - 28 years old. They were unemployed or they had no occupational education or it was unfinished. Each interviewee had experience of workshop activities over several months. The interviews were conducted during two days.</p>		
<p>According to the thesis, the experiences of young adults in workshop activity were positive. Young adults found the activities nice and useful. Guidance was rated as good and young adults had received counseling in matters related to studying or employment. The results show that workshop activities were useful to all young adults.</p>		
<p>According to the thesis, participating in workshop activities helped to maintain a normal daily rhythm in a positive way. Workshop activities maintain the routines of the day and help to eat on a regular basis and facilitate falling asleep in the evening. In addition, they will bring meaning to a day. Participating in workshop activities also raised the mood of young adults. According to the thesis workshop activities have not had great impact on other everyday management areas even though small positive changes were noticed.</p>		
<b>Keywords</b>		
life management, young adults, youth guarantee, exclusion		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	NUORTEN ASEMA TYÖMARKKINOILLA.....	7
2.1	Nuorisotyöttömyys Suomessa .....	7
2.2	Nuorisotakuu.....	9
3	NUORTEN SYRJÄYTYMINEN .....	10
3.1	Yleistä syrjäytymisestä .....	10
3.2	Nuorten syrjäytymisen riskitekijät.....	11
3.3	Matalan kynnyksen palvelut syrjäytymisen ehkäisijänä .....	13
3.4	Työpajatoiminta Suomessa .....	14
3.4.1	Nuorten työpajat Kouvolassa .....	15
3.4.2	Kouvolan Nuorten paja.....	16
4	ELÄMÄNHALLINTA.....	17
4.1	Sisäinen elämänhallinta.....	19
4.2	Ulkoinen elämänhallinta.....	19
4.3	Elämänhallinta sosiaalipolitiikan näkökulmasta .....	20
4.4	Arjenhallinta .....	21
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	23
5.1	Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset .....	23
5.2	Tutkimusmenetelmät .....	24
5.2.1	Kvalitatiivinen tutkimus.....	24
5.2.2	Haastattelu .....	25
5.2.3	Teemahaastattelu .....	26
5.2.4	Aineiston analyysi .....	27
5.3	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	28
6	TUTKIMUSTULOKSET .....	31
6.1	Nuorten paja mielekkäänä kokemuksena .....	32
6.2	Ohjaus Nuorten pajalla .....	33
6.3	Arjen rutiinit.....	34
6.4	Psyykinen hyvinvointi ja tulevaisuuden näkymät .....	35

7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	36
8	POHDINTA .....	38
8.1	Tutkimustehtävän toteutuminen .....	38
8.2	Oma työskentely .....	39
	LÄHTEET .....	41
	LIITTEET	
	Liite 1. Haastattelulupa	
	Liite 2. Haastattelurunko	

## 1 JOHDANTO

Työnteolla on ollut suomalaisessa yhteiskunnassa hyvin merkityksellinen asema hyvin pitkään. Aikaisempiin sukupolviin verrattuna työmarkkinoiden ja talouden rakenteiden muuttuminen on kuitenkin heikentänyt nuorten mahdollisuuksia saada töitä. Tänä päivänä suurta huolta herättävät ilman opiskelu- tai työpaikkaa jäävät nuoret. (Kylkilahti 2014, 202 - 203.) Tähän huoleen pyritään Suomessa vastaamaan yhteiskunnallisella tasolla nuorisotakuulla, joka on yksi tämän hetkisen hallituskauden kärkihankkeista (Nuorisotakuu jatkuu yhtenä hallituksen kärkihankkeista 2015). Nuorisotakuun tavoitteena on muun muassa edistää nuorten työllisyyttä ja ammattitaitoa sekä lisätä nuorten mahdollisuuksia itsenäiseen elämään, mihin pyritään tehostamalla yhteistyötä yli hallinnonrajojen eri toimijoiden välillä (Miten nuorisotakuu toteutuu?).

Nuorisotyöttömyys tai ammatillisen koulutuksen ulkopuolelle jääminen voi johtaa nuorten syrjäytymiseen. Tätä pyritään ennaltaehkäisemään matalan kynnyksen palveluilla. Nuorille tarkoitettujen matalan kynnyksen palveluiden tavoitteena on tukea nuorten aktivoitumista ja motivoitumista sekä itsetuntemuksen ja -luottamuksen kasvamista (Hilpinen, Huuromäki, Kiviranta & Välimäki 2012, 17). Kouvolaissa tällaista matalan kynnyksen palvelua tarjoaa Kouvola Nuorten paja.

Kouvola Nuorten paja sai alkunsa Kouvolaissa vuosina 2013 - 2015 käynnissä olleen Kouvola Mielen avain -hankkeen kautta. Hankkeen yhtenä tavoitteena oli perustaa matalankynnyksen paja syrjäytymisvaarassa oleville nuorille. Hankkeen päätyttyä keväällä 2015 Nuorten paja sai jatkoa Kouvola kaupungin omana toimintana vuoden loppuun saakka. Paja on tarkoitettu 16 - 30-vuotiaille nuorille, jotka ovat syystä tai toisesta jääneet palveluiden ulkopuolelle. Nuorilla voi olla arjenhallintaan tai sosiaaliin suhteisiin liittyviä hankaluuksia tai tulevaisuuden suunnitelmat hukassa. Kouvola Nuorten pajan tarkoitus on toteuttaa osaltaan nuorten yhteiskuntatakuu-ohjelmaa.

Suoritin kolmannen harjoitteluni Kouvola Nuorten pajalla, jolloin kiinnostuin aiheesta ja päätin tehdä opinnäytetyöni tähän liittyen. Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää nuoria haastatteleamalla, millaisia kokemuksia heillä on Kouvola Nuorten pajan toiminnasta. Lisäksi tavoitteena oli selvittää heidän koke-

muksiaan siitä, onko pajan toimintaan osallistuminen vaikuttanut heidän arjenhallintaansa ja onko siitä ollut hyötyä nuorille. Opinnäytetyöni kohderyhmänä oli pajan toimintaan osallistuvat nuoret. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Työn aineistonkeruumenetelmänä käytin teemahaastattelua ja analyysimenetelmänä sisällönanalyysia.

Opinnäytetyöni teoriaosuuden keskeisiä käsitteitä ovat elämänhallinta ja arjenhallinta. Elämänhallinta on ihmisen ulkoisten olojen ja sisäisen rakenteen välistä vuorovaikutusta. Elämänhallinta käsitteenä jaetaan usein sisäiseen ja ulkoiseen elämänhallintaan. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilen 2003, 185; Raitasalo 1995, 69; Riihinen 1996, 29.) Arjenhallinnaksi puolestaan kutsutaan tunnetta siitä, että yksilö kykenee itse tekemään omaa elämäänsä koskevia päätöksiä ja vaikuttamaan niihin. Keskeisiä arjenhallinnan mahdollistajia ovat koulutus, työllistyminen, terveys, hyvinvointi ja oman talouden hallinta. (Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2012–2015 2012, 7; Similä 2012.)

Opinnäytetyön teoriaosuudessa käsittelen aluksi Nuorten pajan toimintaan liittyviä taustatekijöitä, kuten nuorisotyöttömyyttä, nuorisotakuuta ja syrjäytymistä sekä jo ennestään Kouvolassa toimivia hieman Nuorten pajaa vastaavia nuorille suunnattuja palveluja. Sen jälkeen tuon esille opinnäytetyöhöni liittyvää teoriaa elämänhallinnan käsitteestä. Käsittelen työssäni myös arjenhallintaa, joka voidaan ajatella elämänhallinnan alakäsitteeksi. Opinnäytetyön loppuosassa käsittelen tuloksia, johtopäätöksiä ja pohdintoja tutkimuksesta.

## 2 NUORTEN ASEMA TYÖMARKKINOILLA

### 2.1 Nuorisotyöttömyys Suomessa

Työnteolla on ollut suomalaisessa yhteiskunnassa hyvin merkityksellinen asema. Poliittisissa keskusteluissa on lähiaikoina korostettu suomalaisen työn merkitystä ja esille on noussut myös väestön ikääntymisen aiheuttama työvoimapula. Kuitenkin samaan aikaan ollaan huolestuneita ilman opiskelu- tai työpaikkaa jäävistä nuorista. Työnteon aloittaminen on tavallaan siirtymä lapsuudesta aikuisuuteen. Odotetaan, että nuoret aikuistuuessaan siirtyvät taloudellisesta riippuvuussuhteesta tilanteeseen, jossa he pitävät huolta itse itsestään. Jokaisen nuoren elämäntilanteet ja itsenäistymisen vaiheet ovat kuitenkin eri-

laisia. Aikaisempiin sukupolviin verrattuna työmarkkinoiden ja talouden rakenteiden muuttuminen on heikentänyt nuorten mahdollisuuksia saada töitä. (Kylkilähti 2014, 202 - 203.)

Virallisella työttömyysasteella mitattuna Suomessa vuonna 2012 alle 20-vuotiaiden työttömyysaste oli 30 % ja 20 - 24-vuotiaalla 20 %. Tällä tavoin mitattuna nuorten työttömyys on suuri ongelma. Työttömyysastetta laskiessa työttömiksi luokitellaan myös päätoimiset opiskelijat, jotka ovat ilmoittautuneet työnhakijoiksi. Jos työttömyyden mittariksi otetaan ei-opiskelevien työttömien osuus ikäryhmän väestöstä, luvut ovat huomattavasti pienempiä. Alle 20-vuotiaiden työttömien osuus on 2 % ja 20 - 24-vuotiaiden 6 %. (Hämäläinen & Tuomala 2013, 1.) Kouvolassa heinäkuussa 2014 työttömiä alle 25-vuotiaita oli 999. Kymenlaakson seudulla alle 25-vuotiaita työttömiä työnhakijoita oli helmikuussa 2015 lähes 24 % (Niemi 2014; MTV 2015; ESS 2015). Nuorisotyöttömyys on ollut kasvussa viime vuosina koko Suomessa ja niin myös Kaakkois-Suomessa.

Keskimäärin nuorten työttömyysjaksot ovat kestoaltaan lyhempiä kuin aikuisilla (Hämäläinen & Tuomala 2013, 1; Värtinen 2013, 4). Lyhytaikaisen työttömyyden, joka on koettu nuorena ja syrjäytymisen välille ei siis voida ajatella yhtäläisyysmerkkiä. Valtaosa nuorista tekee niitä asioista, joita yhteiskunta heiltä odottaa. Nuoret opiskelevat ja haluavat tehdä töitä. Näistä seikoista huolimatta nuorisotyöttömyys on kuitenkin yhteiskunnan ja yksilön ongelma, jolla kauaskantoisia vaikutuksia tulevalle työuralle. Vaikeudet voivat heijastua tulevana työttömyytenä ja alhaisina tuloina työuran aikana. Työtön nuori ei saa työkokemusta ja sitä kautta tärkeää osaamista ja kontakteja. Pitkä työttömyysjakso voi myös heikentää olemassa olevaa osaamista. Suurimmassa syrjäytymis- ja työttömyysvaarassa ovat nuoret, jotka eivät opiskele tai hae töitä. (Hämäläinen & Tuomala 2013, 6.)

Työttömyyttä koetaan eniten 19 - 21-vuotiaiden keskuudessa. Työllistymisen esteenä nuorilla voivat olla pitkittyneet opinnot, välivuodet, haasteet jatkokoulutuspaikan saamisessa tai heikkolaatuiset työsuhteet. Nuoret saattavat myös kokea työelämään siirtymisen pelottavana eikä heillä ole riittävästi tietoa päätösten tueksi. Yksi merkittävä työttömyyttä aiheuttava tekijä ovat nuorten mielenterveysongelmat. Työkyvyttömyyseläkkeelle jää päivittäin viisi nuorta mielenterveysongelmien takia. Lisäksi työllistymisen esteenä saattaa olla pelkkä



perusasteen koulutus. (Värtinen 2013, 4.) Työttömyys voi johtaa nuoret pitkäaikaiseen sosiaaliseen ja poliittiseen syrjäytymiseen, mikä voi vahvistaa muun muassa riippuvuuden, voimattomuuden ja ahdistuneisuuden tunteita (Paolini, 14).

## 2.2 Nuorisotakuu

Jyrki Kataisen hallitus asetti vuonna 2011 yhdeksi hallitusohjelman kärkihankkeeksi nuorten syrjäytymisen ehkäisyyn. Tavoitteena oli luoda kaikille nuorille mahdollisuus suorittaa perusasteen jälkeinen tutkinto ja sen jälkeen työllistyä. Lisäksi tavoitteena oli pitää huolta siitä, etteivät nuoret ajautuisi liian pitkään ajanjaksoon, jolloin he eivät osallistu lainkaan aktiiviseen toimintaan. Syrjäytymiskehitykseen pyrittiin vaikuttamaan nuorten yhteiskuntatakuulla. (Nuorten yhteiskuntatakuu 2013 2012, 7.) Nuorten yhteiskuntatakuusta ei ole erillistä lakia, mutta sen toteutuksessa sivutaan useita muita lakeja esim. nuorisolakia (72/2006) ja työttömyysturvalakia (1290/2002). Nuorisotakuun toteuttamiseksi on tehty muutoksia ja uudistuksia olemassa oleviin lakeihin (Kirje nuorisotakuun alueellisille ja paikallisille toimijoille 2013; Miten nuorisotakuu toteutuu?).

Täysmääräisesti nuorisotakuu tuli voimaan 1.1.2013. Tästä lähtien nuorten yhteiskuntatakuusta, koulutustakuusta ja aikuisten osaamisohjelmasta on käytetty yhteistä käsitettä nuorisotakuu. Nuorisotakuulle on perustettu oma työryhmä, johon kuuluu työmarkkinajärjestöjen ja ministeriöiden edustajia. (Värtinen 2013, 4.) Nuorisotakuu jatkuu myös tämän kauden hallituksen yhtenä kärkihankkeena. Tällä hallituskaudella tavoitteeksi on asetettu, että neljän vuoden kuluttua koulu- ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten määrä on laskenut ja koulunsa keskeyttäneiden määrä vähentynyt. (Nuorisotakuu jatkuu yhtenä hallituksen kärkihankkeista 2015.)

Nuorisotakuun ideana on tarjota nuorille lainsäädännön mukaisia palveluja mahdollisimman tehokkaasti hyödyntäen lainsäädännön tuomia mahdollisuuksia. Tähän pyritään tehostamalla yhteistyötä yli hallinnonrajojen eri toimijoiden välillä. Nuorisotakuuta toteutetaan te-palveluiden, koulutustakuun toimien, nuorten aikuisten osaamisohjelman ja muiden yksilöllisten palveluiden kautta. Näihin sisältyy muun muassa etsivä nuorisotyö, työpajatoiminta ja kuntoutuspalvelut. Nuorisotakuuta toteutetaan siis monialaisena ja moniammatillisena yhteistyönä. (Miten nuorisotakuu toteutuu?.) Nuorisotakuun tavoitteena on

edistää nuoren työllisyyttä ja ammattitaitoa sekä lisätä nuoren mahdollisuuksia itsenäiseen elämään. Nuorisotakuu tarkoittaa, että kaikille alle 25-vuotiaille ja alle 30-vuotiaille vastavalmistuneille tarjotaan työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikka viimeistään kolmen kuukauden kuluessa työttömäksi ilmoittautumisesta. (Nuorisotakuu auttaa eteenpäin.)

Nuorisotakuu pyrkii näyttämään selkeältä kokonaisuudelta, joka koostuu eri hallinnonaloista. Tavoitteena on tarjota nuorille palveluja, joilla voidaan tukea arjentaiteja, ylläpitää hankittua osaamista, ehkäistä syrjäytymistä tai lyhentää nuoren pidempiaikaista koulutuksen tai työelämän ulkopuolisuutta. Nuorten parempaa työmarkkina-asemaa pyritään tukemaan antamalla tukea työnsuorituksen, helpottamalla nuorten työllistymistä yrityksiin palkkatuella ja täydentämällä nuoren ammatillista osaamista. (Värtinen 2013, 4.)

### 3 NUORTEN SYRJÄYTYMINEN

#### 3.1 Yleistä syrjäytymisestä

Syrjäytyminen muodostaa yhteisen nimittäjän kaikelle huono-osaisuudelle. Syrjäytyminen voidaan liittää muun muassa köyhyyteen, sosiaalisiin ongelmiin, työttömyyteen, toimeentulotukijärjestelmän ongelmiin, työttömien nuorten elämäntilanteeseen ja päihteiden käyttöön. Edellä mainittujen lisäksi syrjäytymiseen liitetään ajatus puuttuvasta yhteisöllisyydestä eli yksilön ja yhteisön väliset siteet ovat heikot. (Raunio 1995, 99 - 100; STM.)

Sanotaan, että pahimmin syrjäytyneitä ovat ne henkilöt, joilla ei ole perhettä tai työtä, sillä perheen ja työn katsotaan olevan nyky-yhteiskunnassa tärkeimpiä instituutioita ihmisten välisten yhteyden ylläpitäjänä. Syrjäytyminen voi ilmetä erilaisista syistä johtuen (työttömyys tai työkyvyttömyys) työelämästä poisputoamisena ja normaalien sosiaalisten suhteiden ulkopuolelle jäämisenä eli yksinäisyytenä. Lisäksi syrjäytynyt saattaa jäädä pois yhteiskunnallisesta vallankäytöstä ja vaikuttamisesta. (Raunio 1995, 100.)

Jos tarkastellaan syrjäytymistä sosiaalipolitiikan näkökulmasta, on tärkeää erottaa yhteiskunnallisesta tilanteesta johtuva niin sanottu normaali syrjäytyminen ja syrjäytyminen, johon liittyy elämänhallinnan ongelmia. Ei siis automaattisesti tarkoiteta, että kaikki työttömät olisivat vaikeasti syrjäytyneitä. He voivat olla syrjäytyneitä normaalista kulutuksesta, sosiaalisesta vuorovaikutuksesta

ja yhteiskunnallisesta vaikuttamisesta, mutta heillä on edelleen kyky hallita elämänsä. Pahimmin syrjäytyneitä ovat sellaiset henkilöt, jotka eivät kykene omaehtoiseen elämänhallintaan. Heidän syrjäytyneisyys ei välttämättä poistu, vaikka yhteiskunnallinen tilanne paranisikin. (Raunio 1995,101.)

Syrjäytymisen käsitteen voidaan sanoa olevan arvolatautunut, sillä se sisältää näkemyksen oikeanlaisesta elämäntavasta, johon sisältyy muun muassa koulutus, työ ja perhe. Syrjäytyminen voi kuitenkin olla myös omaehtoista. Tällöin ”ulkopuolisuus” on yksilön itse valitsemaa. Nuorisobarometri-tutkimuksessa (2014) selvitettiin syrjäytymisen syitä ja useampi kuin kaksi nuorta kolmesta näki syrjäytymisessä olevan jonkin verran mukana omaa halua. Tämä tulos kyseenalaistaa syrjäytymisen hahmottamisen elämänhallinnan kadottamisen tai vieraantumisen tunteen kautta. Onko ihminen syrjäytynyt, jos hänen arvonsa poikkeavat valtakulttuurista? (Myllyniemi 2014, 50.)

Sosiaalisten ongelmien päällekkäisyys ja sivuun jääminen useilla elämän osa-alueilla samanaikaisesti on syrjäytymiselle tyypillistä. Oleellista on ongelmista muodostuva kokonaisuus ja tällaisessa tilanteessa vallitseva elämänhallinta. Sanotaan, että syrjäytymistä ei voi vapaasti valita, vaan se on pysyvää ja pakonomaista. Yksilötasolla syrjäytymiselle on tyypillistä hiljalleen paheneva ongelmien kasaantuminen. Äärimmillään se voi tarkoittaa sisäisen elämänhallinnan järkkymistä, alistuneisuutta ja tulevaisuuden uskon menettämistä. Tällaisen tilanteen korjaamiseksi tarvitaan yhteiskuntapoliittisten toimenpiteiden lisäksi yksilöllisesti mitoitettua aineellista ja psykososiaalista tukea. Vaikeasti syrjäytyneiden ongelmien monisyisyydestä johtuen tarvitaan eri viranomaisten yhteistyössä kokoamaa palvelupakettia. (Raunio 1995,101 - 102.)

### 3.2 Nuorten syrjäytymisen riskitekijät

Tutkimuksissa, joissa käsitellään nuorten syrjäytymistä, viitataan usein yhteiskunnallisten järjestelmien, kuten koulutus- ja työmarkkinajärjestelmien ulkopuolelle jäämiseen ja sen hyvinvointivaikutuksiin. Nuorten syrjäytymisen merkittäviä riskitekijöitä ovat matala koulutus, pitkäaikainen työttömyys ja toimeentulo-ongelmat. Myös elämänhallintaan liittyvät haasteet, terveydelliset ongelmat, sosiaalisten suhteiden vähyys ja syrjäytyminen yhteiskunnallisesta osallisuudesta ovat keskeisiä osa-alueita. Käsiteltäessä syrjäytymistä tulee ottaa huomioon huono-osaisuuden osa-alueiden ketjuuntuminen ja päällekkäisyys. Nuoren oma kokemus syrjäytymisestä ja siihen liittyvistä asioista on tärkeä.

Useat nuoret mainitsevat keskeisimmäksi syrjäytymisen syyksi ystävien puutteen. (Nuorten syrjäytyminen 2015.)

Syrjäytyneiden tai syrjäytymisriskissä olevien nuorten tarkasta lukumäärästä ei ole tietoa. Arvioiden mukaan heitä on 14 000:n ja 100 000:n välillä. Suuri ero arvioissa johtuu siitä, että syrjäytymiselle ei ole vakiintunutta määritelmää. Syrjäytyminen syntyy usein monen hyvinvoinnille merkityksellisen tekijän puutteesta. Kuten jo aiemmin tekstissä mainittiin, syrjäytyminen tulisi hahmottaa prosessina, jossa erilaiset tekijät ketjuuntuvat ja kasaantuvat. Elämänhallinta ei vielä horju, jos vaikeuksia on jollakin yksittäisellä hyvinvoinnin osa-alueella. Syrjäytyminen saa alkunsa huono-osaisuuden kasautumisesta, jolloin yksilön mahdollisuudet hallita omaa elämää heikentyvät. (Nuorten syrjäytyminen 2015.) Nuoret luukulla – Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä tutkimuksen mukaan palvelut eivät kohtaa nuorten tarpeita, joilla on alentunut toimintakyky eli he eivät ole työ- tai opiskelukykyisiä. Syrjäytyneet nuoret ovat myös sairaampia ikätovereihinsa verrattuna ja syrjäytyminen on usein yhteydessä mielenterveysongelmiin. (Aaltonen, Berg & Ikaheimo 2015.)

Syrjäytymiseen voi vaikuttaa myös ylisukupolvisuus. Perheen huono-osaisuus, alhainen koulutustaso ja syrjäytyminen vaikuttavat toisiinsa ja voivat siirtyä seuraaville sukupolville. (Syrjäytyminen 2015.) Toisin sanoen huono-osaisuuden ylisukupolvisuus tarkoittaa vanhempien hyvinvoinnin ongelmien siirtymistä tai jatkumista lapsille. Perheen vaikeus jollakin elämänalueella voi vaikuttaa lasten hyvinvointiin laajasti useillakin elämänalueilla. Tällaisia vaikeuksia voi olla esimerkiksi työttömyys, toimeentulovaikeudet, asumisongelmat ja mielenterveys- tai päihdeongelmat. Kyseessä on laaja sosiaalinen ongelma, eikä vain yksittäisten perheiden asia. (Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus 2014.)

Erityinen huoli poikien ja miesten syrjäytymisestä on nostanut syrjäytymisen puheenaiheeksi myös tasa-arvokeskustelussa. Sukupuolinäkökulmasta syrjäytymisen laajempi tarkastelu on kuitenkin vielä uutta. Syrjäytyneitä nuoria on arviolta 15 - 29-vuotiaista noin 5 %, joista kaksi kolmasosaa on miehiä. Erityisesti miesten syrjäytymisen riskijöitä ovat alkoholin ja huumausaineiden ongelmakäyttö, asunnottomuus, väkivallan teot, rikokset ja vankeus. Naisilla näiden tekijöiden osuus on huomattavasti pienempi. Miesten työttömyysaste on

naisiin verrattuna korkeampi ja pitkäaikaistyöttömät ovat useimmiten miehiä. Myös nuorisotyöttömyys koskettaa useammin miehiä kuin naisia. Päihteiden vuoksi työkyvyttömyyseläkkeelle jää selkeästi enemmän miehiä. Mielenterveysongelmien ja työkyvyttömyyseläkkeelle joutumisessa naisten ja miesten välillä ei ole suurta eroa. (Syrjäytyminen 2015.)

### 3.3 Matalan kynnyksen palvelut syrjäytymisen ehkäisijänä

Palveluiden piiriin pääseminen on yksi tärkeä osa osallisuuden kokemusta. Kun kynnys palveluihin on matala, yhteiskunnassa osalliseksi pääseminen on helpompaa, erityisesti huono-osaisilla. Matalan kynnyksen palvelut on tarkoitettu henkilöille, jotka jostakin syystä ovat riskissä jäädä tai jäävät palvelujärjestelmän ulkopuolelle, sekä niille, joilla palveluiden piiriin hakeutuminen on vaikeaa tarpeesta huolimatta. Palveluiden ulkopuolelle jäämiseen voi olla lukuisia syitä niin palvelujärjestelmään kuin avuntarvitsijaan liittyen. Haasteena voi olla fyysiset tai psyykkiset esteet, häpeän tunteet, pienet akuutit palvelutarpeet, päällekkäiset ongelmat tai julkisten palveluiden vaikea tavoitettavuus. Matalan kynnyksen palveluissa näitä esteitä pyritään purkamaan. (Leemann & Hämäläinen 2015, 2 - 3; THL 2015.)

Matalan kynnyksen palveluiden tavoitteena on, että palveluihin hakeutumisen kynnys olisi mahdollisimman pieni. Kynnystä palveluihin voivat luoda hoitoon pääsyn menettelyt esimerkiksi läheteet, korkeat hoidon tavoitteet, pelko leimautumisesta tai päihteettömyys. Matalan kynnyksen palveluissa näitä tekijöitä pyritään poistamaan ja siten madaltamaan asiakkailta vaadittavia edellytyksiä palveluun hakeutumisessa. Matalan kynnyksen palveluja tarjotaan muun muassa nuorille, jotka ovat työelämän tai opiskelun ulkopuolella, sekä niille, joilla on päihde- ja mielenterveysongelmia. Yksi esimerkki matalan kynnyksen palveluista on etsivä nuorisotyö, joka kohtaa opiskeluiden tai työelämän ulkopuolelle jääneitä nuoria. (Leemann & Hämäläinen 2015, 1; THL 2015.)

Matalan kynnyksen palvelut pyrkivät lisäämään vaikeimmin tavoitettavien henkilöiden sosiaalista osallisuutta. Matalan kynnyksen tavoitteena on saada asiakas kiinnitettyä palvelujärjestelmään ja hyvässä tapauksessa siirtymään julkisiin palveluihin. Matalan kynnyksen palvelut tarjoavat päivätoimintaa sekä kohtaamis- ja harrastusmahdollisuuksia. Samalla voidaan esimerkiksi harjoitella ja ylläpitää sosiaalisia taitoja. Keskeisiä toimenpiteitä ja tavoitteita ovat

asiakkaiden aktivointi ja voimaantuminen sekä oma-aloitteisuuden aktivointi. (Leemann & Hämäläinen 2015, 3.)

Nuorten syrjäytymisen taustalla voi olla esimerkiksi heikko motivaatio, huono koulumenestys ja kielteinen ajattelu, jotka yhdessä johtavat negatiivisen ajattelun noidankehään. Onkin tärkeää, että nuoren itsetuntoa tuetaan ja samalla vahvistetaan positiivista ajattelua sekä minäpystyvyyttä. Lisäksi syrjäytyneitä nuoria tulisi tukea sosiaalisten taitojen harjoittamisessa sekä ura- tai koulutus-suunnitelmien tekemisessä. Palveluprosessin matalimman kynnyksen palveluilla voidaan vastata näihin tarpeisiin ja katkaista alkanut syrjäytymiskierre. Matalan kynnyksen palveluissa nuorta tuetaan kohti tasapainoisempaa arjenhallintaa ja myöhemmin kohti koulutusta tai työllistymistä. (Hilpinen, Huuromonen, Kiviranta & Välimaa 2012, 11.)

Matalan kynnyksen palveluiden tavoitteena on tukea nuoren aktivoitumista ja motivoitumista sekä itsetuntemuksen ja -luottamuksen kasvamista. Samalla pyritään lisäämään nuoren osallisuutta ja tunnetta siitä, että nuori voi vaikuttaa omaan elämäänsä ja ympäristöönsä. Päämääränä on, että nuori kykenee hallitsemaan arkeaan paremmin ja kykenee huolehtimaan asioistaan oikea-aikaisesti. Ihannetilanteessa nuoren voimavarat kasvavat, hän kiinnostuu elämästään ja tulevaisuudestaan sekä kykenee huolehtimaan terveydestään. Lisäksi nuoren taidot toimia ryhmässä kehittyvät ja hän saa työkaluja jatkokoulun pohdintaan sekä elämään valmennuksen jälkeen. (Hilpinen ym. 2012, 17.)

### 3.4 Työpajatoiminta Suomessa

Ensimmäinen työpaja syntyi Suomeen vuonna 1983, jolloin pajatoiminta oli lähinnä nuorisotyön väline. Sen avulla etsittiin uusia ratkaisuja nuorison työelämästä ja koulutuksesta syrjäytymisongelmiin. Kohderyhmänä olivat työttömät ja ammattikouluttamattomat nuoret. 1980-luvun lopulla työpajoja oli perustettu suurimpiin kaupunkeihin ja aluekeskuksiin. Toiminnan uutuusarvona oli nuorisotyön menetelmien ja työhallinnon tavoitteiden yhdistäminen pajatoiminnaksi. Toiminta laajeni 90-luvulla erilaisten pilottityöpajojen kautta. Leviämistä edesauttoi myös Suomen liittyminen EU:hun vuonna 1995, jolloin alkoi ensimmäinen Euroopan Sosiaalirahaston (ESR) rakennerahastokausi. 1990-luvun lopulla ja 2000-luvun alkupuolella työpajatoiminnan sisältö kehittyi ja toiminta ammatillistui. Nykypäivänä toiminta edellyttää henkilökunnalta muun muassa

vankkaa ammattitaitoa niin työ- kuin yksilövalmennuksessa. Organisaatiolta vaaditaan kykyä verkostoitua ja kehittää toimintaansa vastaamaan ympäristön muuttuviin haasteisiin. Pajojen perustehtävä on muuttunut 1990-luvun hätä- aputyöllistäjästä työssä oppimisen ja psykososiaalisen tuen palveluiden tuottajaksi. (Pekkala 2009, 13 - 16.)

Nuorten työpajatoiminnan päätavoitteena on tukea nuorten elämäntaitoja, sosiaalista vahvistumista, varhaista tukea ja omatahtista yhteisöllistä kasvua sekä tekemällä oppimista. Arjenhallinnan harjoittelun ohella opetellaan myös erilaisia työelämäntaitoja. Työpajat ovat yhteisöjä, joissa työtä tekemällä ja sitä tukevalla valmennuksella pyritään edellä mainittuihin tavoitteisiin. Työpajatoiminta on monialaista ja julkisen sektorin palvelukokonaisuudessa se sijoittuu sosiaalipalveluiden ja avoimen koulutus- ja työmarkkinoiden välille. (Häggman 2011, 5; Työpajatoiminta Suomessa 2015.) Nuorten työpajatoiminnan kohderyhmänä ovat alle 29-vuotiaat nuoret nuorisolain mukaisesti (Nuorisolaki 27.1.2006/72, 1 2§).

#### 3.4.1 Nuorten työpajat Kouvolassa

Kouvolassa työpajatoiminnan ylläpitäjä on Kouvolan kaupungin nuorisopalvelujen OTE nuorten työpajat. OTE nuorten työpajat tarjoavat nuorille työ- ja yksilövalmennusta sekä erilaisia koulutuksia. Nuori voi esimerkiksi suorittaa pajalla hygieniapassin. Pajajakso koostuu 1 - 3 kuukauden mittaisesta työkokouksesta, jonka jälkeen nuoren on mahdollista sitoutua työsuhteeseen kuuden kuukauden ajaksi. Pajojen tavoitteena on saada nuorelle pajajakson jälkeen koulutus- tai työpaikka. OTE nuorten työpajat tekevät tiivistä yhteistyötä alueen oppilaitosten kanssa. Kouvolan alueella työpajoja on kolmessa yksikössä: Spiraali Myllykoskella, Sinko Koriolla ja Tikki Kouvolassa. Spiraalissa nuorilla on mahdollisuus työskennellä koti- ja kiinteistöpalvelutöissä, matkahuollossa tai kunnostaa ja verhoilla huonekaluja. Lisäksi myös tekstiili- ja pintakäsittelytöihin tarjotaan mahdollisuus. Singossa puolestaan työtehtäviä on tekstiilien, keramiikan ja huonekalujen kunnostamisen parissa. Tikissä on mahdollisuus päästä kokeilemaan ompelutöitä ja asiakaspalvelua. (Värtinen 2013, 13.)

OTE nuorten työpajojen lisäksi Kouvolan kaupungin nuorisopalvelut ostaa työpajatoimintoja Kouvolassa Parik-säätiöltä. Säätiön työpajatoiminta on suunnattu kaikenikäisille. Parik tarjoaa työhönvalmennuksen tukipalveluina palve-

luohjausta, yksilövalmennusta, työnetsintää ja tuettua työllistymistä sekä ravintohuoltoa. Säätiön pajoilla on mahdollisuus työskennellä media-alan töissä, kierrätysmyymälässä, SER-purussa, kierrätyksessä, puutöissä ja metallialan töissä. Näiden lisäksi työpajatoimintaan osallistuvan on mahdollista saada kokemusta kokoonpano-, pakkaus- ja postituspalveluista, keittiö- ja siivousalan töistä sekä kiinteistöhuollosta, kunnossapitotehtävistä ja viheralueiden huollosta. Parik-säätiö tarjoaa myös starttityöpajaa, jossa tuetaan erityisesti nuorten elämänhallintaa. Kuten OTE nuorten työpajat myös Parik-säätiö tekee aktiivisesti yhteistyötä Kouvolan alueen oppilaitosten kanssa. (Värtinen 2013,13 - 14.)

Kolmantena työpajatoiminnan järjestäjänä Kouvolan alueella toimii Anjalan-  
kosken työttömät ry. Heidän työpajatoimintansa on suunnattu nuorille sekä aikuisille. Nuorilla on mahdollisuus saada työkokemusta korutyöpajalla, puupajalla, keittiössä ja luovalla osastolla sekä pyöräpajalla. Yhdistyksen työpajatoimintaan kuuluu palveluluohjausta ja esimerkiksi liikuntapalvelut työajalla. Myös Anjalankosken työttömät ry tekee yhteistyötä oppilaitosten kanssa. (Värtinen 2013,14 - 15.)

### 3.4.2 Kouvolan Nuorten paja

Kouvolassa käynnistettiin vuonna 2013 Kaste-ohjelmaa toteuttava sosiaali-  
huollon kehittämishanke Mielen avain Kouvola. Hankkeen tavoitteena oli luoda Kouvolaan uusi mielenterveys- ja päihdestrategia, juurruttaa kokemus-  
asiantuntijatoimintaa Kouvolan alueella ja perustaa matalan kynnyksen nuorten työpaja syrjäytymisvaarassa oleville nuorille. Nuorten työpajan oli tarkoitus toteuttaa osaltaan nuorten yhteiskuntatakuu-ohjelmaa. (Hakemus valtioneuvoston saamiseksi Kaste-ohjelmaa toteuttavaan sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämishankkeeseen.) Nuorten pajatoiminta sai alkunsa syyskuussa 2014. Mielen avain Kouvola -hanke päättyi huhtikuussa 2015, mutta paja sai kuitenkin jatkoa kaupungin omana toimintana vuoden loppuun saakka. (Soikkeli 2015.)

Pajan suunnittelua varten koottiin moniammatillinen työryhmä. Uudenlaisen mallin taustalla on nuorisopalveluiden ja aikuissosiaalityön yhteistyö. Pajan toiminnassa yhdistyy sosiaalityö ja ohjattu vertaisryhmätoiminta. Pajatoiminnan siirtyessä kaupungin omaksi toiminnaksi Nuorten työpaja nimikkeestä luovuttiin ja tilalle tuli paremmin toimintaa kuvaava Kouvolan Nuorten paja. Tällä



hetkellä pajalla työskentelee sosiaaliohjaaja ja erityisnuorisotyöntekijä. He tekevät yhteistyötä muun muassa aikuissosiaalityön, lastensuojelun, etsivän nuorisotyön, OTE Nuorten työpajojen, Parik-säätiön, psykiatrianpoliklinikan, asumisen tuen, te-palveluiden, työvoimanpalvelukeskuksen ja eri oppilaitosten kanssa. (Soikkeli 2015.)

Kouvola Nuorten paja on matalan kynnyksen palvelu, joka konkreettisesti sijaitsee Kouvola-talolla. Paja on tarkoitettu 16 - 30-vuotiaille nuorille, jotka ovat syystä tai toisesta jääneet palveluiden ulkopuolelle. Nuorilla voi olla arjenhallintaan tai sosiaaliin suhteisiin liittyviä hankaluuksia tai tulevaisuuden suunnitelmat hukassa. Paja poikkeaa Kouvola muista työpajoista jonkin verran. Nuorten paja ei ole työpaja, vaan sosiaalisen kuntoutumisen yksikkö. Pajalla voidaan opetella arjen- ja elämänhallintaa, palautetaan päivärytmiä ja opetellaan sosiaalisia taitoja. Lisäksi opetellaan työelämässä ja opinoissa tarvittavia valmiuksia esimerkiksi tekemällä ruokaa ja pelaamalla lautapelejä sekä vieraillemalla työpaikoilla ja eri oppilaitoksissa. Pajatoimintaan osallistuminen on nuorille täysin vapaaehtoista eikä siitä makseta heille mitään korvausta. Pajan toiminnan sisältö suunnitellaan nuorten tarpeiden ja kiinnostuksenkohteiden mukaisesti. Vastaavanlaista toimintaa ei vielä aiemmin ole Kouvolaissa ollut. (Soikkeli 2015.)

#### 4 ELÄMÄNHALLINTA

Elämänhallinnasta ensimmäisen kerran puhui amerikkalainen Maslow, joka määritteli, että ”itseään toteuttava ihminen on elämänhallinnan mestari” (Keltikangas-Järvinen 2000, 41 - 42). Elämänhallinnassa on nähty kahdenlaisia tutkimussuuntauksia. Toinen suuntauksista pyrkii kartoittamaan yleisiä hallintapiirteitä, -tyylejä ja -taipumuksia, joita ihmiset melko pysyvästi käyttävät stressaavissa tilanteissa. Tämä suuntaus perustuu pääasiassa persoonallisuustekijöiden tutkimiseen. Toinen suuntaus puolestaan korostaa hallintastrategian tutkimusta eli sitä, miten ihmiset oikeasti käyttäytyvät sisäisesti ja ulkoisesti stressaavissa tilanteissa. (Raitasalo 1995, 31.) Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan erityisesti viimeiseksi mainittua teoriaa.

Keltikangas-Järvisen mukaan elämänhallinta tarkoittaa yksilön uskoa siihen, että hän voi itse vaikuttaa omiin asioihinsa ja muuttaa ympäröiviä olosuhteita itselleen suotuisammaksi. Ihminen pyrkii muuttamaan omalla toiminnallaan

niitä ulkoisia ja sisäisiä olosuhteita, jotka yksilö arvioi liian rasittaviksi. (Keltikangas-Järvinen 2008, 256) Elämänhallinta tulkitaan usein kattokäsitteeksi, sillä se sisältää monia elämänkulkuun ja elämäntilanteiden hallintaan liittyviä osatekijöitä (Järvikoski 1996, 44; Vuorio 1996, 84). Käsite elämänhallinta jaetaan usein sisäiseen ja ulkoiseen elämänhallintaan (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilen 2003, 185; Raitasalo 1995, 69). Elämänhallinta on ihmisen ulkoisten olojen ja sisäisen rakenteen välistä vuorovaikutusta. Siitä syystä elämänhallinta on kokonaisuus, jolla on niin sisäisiä kuin ulkoisiakin edellytyksiä. Elämänhallinta syntyy vähitellen ja kehitystapahtuma kestää aina lapsuudesta aikuisuuteen saakka (Keltikangas-Järvinen 2008, 265; Riihinen 1996, 29.)

Elämänhallinnan tunne on yksilön ja häntä ympäröivän sosiaalisen maailman vuorovaikutuksen seurausta. Tällöin hyvä elämänhallinnan tunne tarkoittaa sitä, että yksilö ja hänen ympäristönsä ovat sopusoinnussa keskenään. Käytännössä tämä merkitsee sitä, että ympäristö vaatii ihmiseltä sopivasti ja samalla tarjoaa yksilölle mahdollisuuksia. Kun mielekkyyden kokemus ja tyytyväisyys ovat elämänhallinnan piirteitä, voidaan olettaa, että yksilö kykenee muuttamaan elämänsä itselle sopivaksi ja on myös motivoitunut tekemään niin. (Uutela 1996, 50.) Keltikangas-Järvisen mukaan elämänhallinta on korkea, silloin kun yksilö uskoo voivansa vaikuttaa päätöksillään ja ratkaisuillaan asioihin. Tällöin yksilö kokee olevansa vastuussa omasta elämästään. Ihminen, jolla on korkea elämänhallinta, asettaa itselle päämääriä ja pohtii, miten saavuttaa ne. Hänelle ei satu toistuvasti vahinkoja eikä hänen päähänsä tulvi erilaisia ajatuksia, vaan hän ajattelee. (Keltikangas-Järvinen 2008, 256.)

Ihminen, jolla on matala elämänhallinta, uskoo, että asioita tapahtuu hänen elämässään pääasiassa sattumalta. Asiat eivät ole seurausta siitä, mitä hän itse tekee. Tällöin onnistuminen johtuu hyvästä tuurista ja epäonnistuminen huonosta onnesta, eikä ihmisen omasta toiminnasta. Yksilön, jolla on matala elämänhallinta, päähän tulvii paljon ajatuksia ja hänen on vaikea keskittyä. Tavallaan hän on oman elämänsä tarkkailija. Elämänhallinta voi kuitenkin vaihdella paljonkin elämän eri alueilla. Toiset hallitsevat työn, mutta eivät ihmissuhteita. Toiset taas hallitsevat ihmissuhteet, mutta kadottavat hallinnan tunteen heti, kun työssä tulee vaikeuksia. (Keltikangas-Järvinen 2008, 257 - 258.)

Jotkut tutkijat ovat kuitenkin sitä mieltä, että koko ajatus elämänhallinnasta on illuusio, sillä heidän mielestään elämää ei pysty hallitsemaan. Yksilö voi asettaa päämääriä ja tavoitteita sekä tehdä omaa elämää koskevia ratkaisuja ja päätöksiä, mutta tutkijoiden mielestä se ei vielä tarkoita, että yksilö hallitsisi elämää. (Keltikangas-Järvinen 2008, 254.)

#### 4.1 Sisäinen elämänhallinta

Sisäinen elämänhallinta on tapahtumasarja, joka pyrkii käsittelemään tunteiden, havaintojen ja mielikuvien avulla tapahtuneiden vaurioiden, menetysten, uhkien tai vaarojen aiheuttamaa ahdistuneisuutta ja yksilön haasteellisina kokemia tilanteita. Tämä tapahtuu ihmisen sisäisenä emotionaalisena ja kognitiivisena prosessina. (Raitasalo 1995, 61.) Selkeämmin ilmaistuna sisäisellä elämänhallinnalla tarkoitetaan kykyä sopeutua uusiin erilaisiin olosuhteisiin ja tilanteisiin, joita elämässä tulee vastaan. Sisäinen elämänhallinta on myös halua ja valmiuksia toimia tavoitteellisesti hyvinvoinnin edistämiseksi. (Aaltonen ym. 2003, 185 - 186.)

Nuorilla sisäiseen elämänhallintaan liittyy vahvasti itsetunto, sillä elämänhallinnan lähtökohtana on, että nuori uskoo itseensä ja siihen, että hänellä on mahdollisuus vaikuttaa elämänsä kulkuihin. Sisäinen elämänhallinta sisältää kaikki ne keinot, joiden avulla ihminen luo merkitystä ja sisältöä elämäänsä. Merkkejä hyvästä elämänhallintakyvystä ovat muun muassa tavoitteiden luominen, asioille omistautuminen ja kyky ponnistella tavoitteiden saavuttamiseksi. (Aaltonen ym. 2003, 185 - 186.) Aikuisen elämänhallinta on pitkäaikaisen kehityksen tulos, jonka muodostuminen vie aikaa ja sen edellytyksenä on, että monista kehityksen kriisikohdista on päästy kunnialla ohi (Keltikangas-Järvinen 2000, 33).

#### 4.2 Ulkoinen elämänhallinta

Ulkoisella elämänhallinnalla tarkoitetaan sitä, kuinka paljon ihminen tuntee kykenevänsä vaikuttamaan elämänsä olosuhteisiin. Hyvä ulkoinen elämänhallinta on kykyä ohjata omaa elämäänsä siten, että ulkoiset ja odottamattomat eivät voi vaikuttaa sen vaiheisiin. (Aaltonen ym. 2003, 185 - 186; Riihinen 1996, 29.) Selkeimmillään ulkoinen elämänhallinta on sitä, että mitään elämään suuressi vaikuttavaa tai odottamatonta ei ole tapahtunut. Monimutkaisimmillaan se

tarkoittaa sitä, että yksilön asettamien tavoitteiden ketju on toteutunut katkeamattomasti. Ulkoinen elämänhallinta ei siis pelkästään ole fyysisten ja sosiaalisten olosuhteiden hallintaa, vaan se voidaan ymmärtää tavoitteiden ja niiden toteuttamiseen pyrkivän toiminnan ketjuna. (Järvikoski 1994, 116.)

Ulkoinen elämänhallinta sisältää yksilön omat päämäärät, kuten koulutuksen ja ammatin. Lisäksi ulkoiseen elämänhallintaan vaikuttavat suuresti ihmisen sukupuoli ja sukupolvi. On tärkeää, että yksilö tuntee olevansa aineellisesti ja henkisesti turvatussa tilanteessa. Myös aineellinen vauraus ja taloudellinen asema ovat erittäin keskeisiä ja tärkeitä ulkoisen elämänhallinnan tekijöitä. (Aaltonen ym. 2003, 185 - 186; Riihinen 1996, 29.) Ulkoinen elämänhallinta on toimintaa, jonka sosiaalinen ympäristö voi huomata, mutta ei välttämättä miellä sen päämääriä (Raitasalo 1995, 61).

Yhteiskunnan rakenteen luovat ihmisen ulkoisen elämänhallinnan rajat. Muun muassa koulutus, työmarkkina-asema, asumistapa ja terveydentilan säätelemät toimintamahdollisuudet luovat kehykset ulkoiselle elämänhallinnalle. Nyky-yhteiskunnassa elämänhallintamahdollisuudet erilaistuvat, mutta samalla myös yksilön elämänhallinnan vaatimukset lisääntyvät. Yhteisöt ovat menettäneet merkitystään, minkä seurauksena yksilöistä tulee selvemmin oman elämänsä rakentajia. (Järvikoski 1994, 118.)

#### 4.3 Elämänhallinta sosiaalipolitiikan näkökulmasta

Sosiaalipolitiikka ja sosiaaliturvajärjestelmä toimivat ja toteutuvat pääsääntöisesti vuorovaikutussuhteessa ihmisten ja erilaisten väestöryhmien kanssa. Osaltaan se toteutuu sosiaalityössä. Sosiaalipolitiikan ja sosiaaliturvajärjestelmän yhtenä tavoitteena on tukea ihmisen elämänhallintaa eli sopeutumiskykyä ja mukautumiskykyä esimerkiksi taloudellisissa ja vuorovaikutuksellisissa vaikeuksissa tai ristiriitatilanteissa. Sosiaalipolitiikalla pyritään vaikuttamaan muun muassa ihmisten kokemuksiin, terveydentilaan ja sosiaaliseen kiinnittyneisyyteen eli esimerkiksi työkyvyn ylläpitämiseen ja työn järjestämiseen. Karkeasti ilmaistuna sosiaalipolitiikan keinoilla pyritään edistämään ihmisten ulkoista elämänhallintaa, jonka toivotaan tuovan myös kokemuksellisia sisäisiä vaikutuksia. (Raitasalo 1995, 67 - 68.)

Sosiaalipolitiikka on kiinnostunut hyvinvoinnin jakautumisesta ja keinoista, joilla näihin eroihin voitaisiin vaikuttaa. Lisäksi se on kiinnostunut väestöryhmien elämänhallinnasta ja keinoista, joilla sitä voitaisiin ylläpitää ja kehittää. Tavallisesti sosiaalipolitiikan toiminnan alle on kuulunut vähäosaiset ja sosiaalisten riskien alaiset ihmiset, mutta nykypäivänä henkisten vaikeuksien aikana tähän ryhmään kuuluu myös yhä laajemmat väestöryhmät, joilla on sisäisen ja ulkoisen elämänhallinnan puutteita. (Raitasalo 1995, 67 - 68.)

#### 4.4 Arjenhallinta

Arjenhallinta käsitteenä on melko lähellä elämänhallintaa. Elämänhallinnan voidaan sanoa olevan kykyä ottaa vastuuta omasta elämästään. Tunnetta siitä, että yksilö kykenee itse tekemään omaa elämäänsä koskevia päätöksiä ja vaikuttamaan niihin kutsutaan arjenhallinnaksi. (Similä 2012.) Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelmassa 2012 - 2015 arjenhallinnalla tarkoitetaan yksilön kykyä ottaa vastuuta elämästään, taloudestaan ja henkisestä hyvinvoinnistaan, ottaen huomioon lapsen tai nuoren kehitysvaihe. Keskeisiä arjenhallinnan mahdollistajia ovat koulutus, työllistyminen, terveys, hyvinvointi ja oman talouden hallinta. (Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2012–2015 2012, 7.)

Tunne arjenhallinnasta lisää ihmisen hyvinvointia. Nuorten käsityksen mukaan arjenhallintaan sisältyy muun muassa arkirutiinit, oman talouden hallinta, päihteiden käyttö ja arjen mielekkyyden kokeminen. Arjenhallinta käsitettä voidaan tarkastella negatioiden kautta eli mitä tapahtuu, jos arjenhallinta ei ole riittävä. Tästä esimerkkejä ovat esimerkiksi maksuhäiriömerkintöjen yleistyminen ja toimeentulotuen pitkäaikainen käyttö sekä päihteiden käytön lisääntyminen. (Similä 2012.)

Arjenhallinta on omaan elämään ja ympäristöön vaikuttamista omilla taidoilla ja tiedoilla sekä sen kehittämistä. Arjenhallinnassa keskeistä on myös vuorovaikutustaidot ja tiedon hankinnan sekä käsittelyn taidot. Arjenhallinta pyrkii luomaan fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen tilan. Tätä tilaa kuvataan KOTA ry:n Arjenhallinnan mallissa kodiksi, joka merkitsee hyvää elämää ja turvallisuutta. Turvalliseksi ja omaksi koettu tila mahdollistaa identiteetin ja itsetunnon kehittymisen. Arjenhallinnan mallissa koti jaetaan neljään

osa-alueeseen kuvan 1 mukaisesti: fyysinen koti, kodin ylläpito, kodin vuorovaikutus ja sisäinen koti. (Kivelä & Lempinen 2009, 12 - 13.)



Kuva 1. Arjenhallinnan mallin osa-alueet (Arjen hallinnan malli)

Arjenhallinnan mallissa fyysinen koti kuvaa ympäristön hallintaa. Fyysisellä kodilla tarkoitetaan tilaa, paikkoja, esineitä, ympäristöjä ja jotakin konkreettista, kosketeltavaa tai haltuun otettavaa. Koti ei välttämättä kuitenkaan tarkoita erityistä asuntoa tai osoitetta vaan se voidaan perustaa myös tilapäisesti esimerkiksi asuntolan olohuoneeseen. Kodin ylläpito puolestaan liittyy rutiinien hallintaan. Siihen sisältyy muun muassa perustarpeiden tyydyttämistä, kuten ruoanlaittoa, omasta hygieniasta huolehtimista, toiminnan ja levon tasapainottamista sekä talouden hallintaa ja suunnittelua. Muita ylläpitoon liittyviä teemoja ovat esimerkiksi arjen ja juhlan vuorottelu sekä asiointi ja palveluiden hankkiminen. Tällaisten taitojen hallinta edistää yksilön fyysistä ja psyykkistä jaksamista. Arjen rutiinit tukevat arjenhallintaa merkittävästi. (Kivelä & Lempinen 2009, 13 - 14.)

Suhteiden hallintaa kuvataan Arjenhallinnan mallissa kodin vuorovaikutukseksi. Mallissa vuorovaikutuksella tarkoitetaan tekoja, joilla ihminen säätelee suhdetta ympäristöön tai vaikuttaa ryhmän toimintaan ja sen ilmapiiriin. Tällaiset teot voivat olla rakentavia, neutraaleja tai hajottavia. Ryhmässä yksilöt pääsevät harjoittelemaan, kokeilemaan ja omaksumaan rakentavia vuorovaikutustaitoja, joiden avulla yksilö voi päästä irti vahingollisesta sosiaalisesta riippuvuudesta ja turvata mahdollisuus itsenäisiin ja itseään tyydyttäviin valintoihin. Jotta ryhmä koetaan turvalliseksi, tulee sen jäsenten kyetä rakentamaan

tai vähintään neutraaliin vuorovaikutukseen. (Kivelä & Lempinen 2009, 14 - 15.)

Neljäs osa-alue on merkitysten hallinta eli Arjenhallinnan mallissa sisäinen koti. Sisäinen koti voidaan jakaa useampaan osa-alueeseen. Sen lähtökohdiana on, että ihmisten ei kuuluisi kokea jatkuvasti yksinäisyyttä, irrallisuutta tai näköalattomuutta. Sen sijaan yksilön tulisi voida nähdä itsensä kulkemassa kohti tulevaisuutta menneisyyttä unohtamatta. Yksilö voi antaa kokemuksilleen merkityksiä ajatusten, tunteiden ja omien sisäisten prosessien kautta. Ihminen voi myös tuntea kuuluvansa johonkin joukkoon lähipiirissään, kuten perheeseen tai laajemmin esimerkiksi kansalaisena. Käytännössä voidaan arvioida esimerkiksi toiveikkuutta ja siinä tapahtuvia muutoksia, tulevaisuuden suunnitelmien määrää tai realistisuutta. (Kivelä & Lempinen 2009, 15, 17.)

Arjenhallinnan mallin avulla voidaan kartoittaa arjenhallinnan tasoa eri osa-alueilla: onko jokin ylikorostunut tai alikehittynyt, puuttuuko jokin alue kokonaan vai onko joku alue jo hyvä sinällään. Tällainen kartoitus tuo näkyväksi toimintaan kohdistuvia ihmisten yksilöllisiä tarpeita. Osaamisalueiden ja kehittymishaasteiden tunnistaminen auttaa yksilöä, ohjaajaa sekä koko muuta ryhmää toteuttamaan tarpeiden mukaista ja motivoivaa toimintaa. (Kivelä & Lempinen 2009, 16 - 17.)

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää nuoria haastatteleamalla, millaisia kokemuksia heillä on Kouvolan Nuorten pajan toiminnasta. Lisäksi tavoitteena oli selvittää nuorten kokemuksia siitä, onko pajan toimintaan osallistuminen vaikuttanut heidän arjenhallintaansa ja onko siitä ollut heille hyötyä. Tavoitteena ei ollut yleistää tutkimusta yleiselle tasolle, vaan saada tietoa nuorten kokemuksista pajan vaikuttavuudesta ja käyttää saatua tietoa pajatoiminnan kehittämisessä. Opinnäytetyöni kohderyhmänä oli pajan toimintaan osallistuvat nuoret. Tutkimuksessani keräsin tietoa nuorten kokemuksista ja ajatuksista pajalla olon vaikutuksista heidän arjenhallintaansa. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Työn aineistonkeruumenetelmäksi valitsin teemahaastattelun. Opinnäytetyöni tavoitteiden pohjalta asetin työlle seuraavat tutkimuskysymykset:

- Millaisia kokemuksia nuorilla on pajatoiminnan vaikutuksista heidän arjen hallintaansa?
- Millaisena nuoret kokevat pajalla käymisen?
- Onko pajatoimintaan osallistuminen vaikuttanut nuorten arjen hallintaan? Jos on, miten se on vaikuttanut ja mitkä tekijät pajatoiminnassa ovat vaikuttaneet?
- Onko pajatoimintaan osallistumisesta ollut nuorille hyötyä?

## 5.2 Tutkimusmenetelmät

### 5.2.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei ole tarkoituksena pyrkiä tilastollisiin yleistyksiin. Kvalitatiivinen tutkimus pyrkii kuvaamaan ilmiötä, tapahtumaa, ymmärtämään tiettyä toimintaa tai antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta ilmiölle. Sanotaan, että laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että tutkittavat henkilöt tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon tai heillä on siitä kokemusta. Tämän näkökulman mukaan tutkittavien valinnan tulisi olla harkittua ja tarkoitukseen sopivaa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85 - 86.) Tutkiessa eri lähestymistavoilla sosiaalisesti syrjäytyneitä ryhmiä saadaan esille erilaisia asioita. Kvantitatiivinen tutkimus nostaa esille tutkittaviin kohdistuvan vääryyden laajuuden ja syrjäytymisen asteen. Lisäksi kvalitatiivinen tutkimus antaa tilaisuuden huomioida tutkittavien menneisyyttä ja kehitykseen liittyviä tekijöitä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 27.)

Opinnäytetyössäni päädyin kvalitatiiviseen tutkimukseen, sillä halusin keskittyä nuorten omiin kokemuksiin ja havaintoihin. Nuorten Pajan toiminnan kehittämisen kannalta nuorten henkilökohtaiset kokemukset ovat ensiarvoisen tärkeitä. Nuoret toimivat tässä opinnäytetyössä asiantuntijoina, joilla on eniten tietoa aiheesta. Ennen haastateltavien nuorten valintaa pohdimme yhdessä Nuorten pajan ohjaajien kanssa, ketkä olisivat tutkimukseen parhaiten sopivia henkilöitä. Kriteerinä oli, että nuorten tulee olla yli 18-vuotiaita, jotta lupia ei tarvinnut pyytää erikseen myös vanhemmilta. Lisäksi nuorilla tuli olla kokemusta Nuorten pajan toiminnasta jo usean kuuden ajalta, jotta heillä olisi mahdollisimman paljon tietoa pajasta ja sen toiminnasta.



### 5.2.2 Haastattelu

Haastattelu kvalitatiivisessa tutkimuksessa on enemmän tai vähemmän avointen kysymysten esittämistä tutkittavalle yksilölle tai ryhmälle (Metsämuuronen 2000, 14). Tutkimushaastattelua ohjaa tutkimuksen tavoite. Haastattelu on sosiaalinen vuorovaikutustilanne, mutta se eroaa tavallisesta keskustelusta siten, että haastattelu on päämäärähakuista sekä ennalta suunniteltua toimintaa ja sen tarkoituksena on kerätä informaatiota tutkimusongelman kannalta tärkeiltä alueilta. Tutkimushaastattelussa osallistujilla on myös erityiset roolit: haastatteliija on tietämätön osapuoli ja tarvittava tieto on haastateltavalla. Lisäksi haastattelu on tutkijan aloittama ja ohjaama tai vähintäänkin suuntaama tiettyihin puheenaiheisiin. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 41 - 43; Ruusuvuori & Tiitula 2005a, 22 - 23.)

Haastattelu valitaan usein aineistonkeruumenetelmäksi, kun halutaan korostaa tutkimustilanteessa ihmistä subjektina ja halutaan antaa hänelle mahdollisuus tuoda vapaasti esiin itseään koskevia asioita. Haastattelu antaa myös mahdollisuuden toistaa kysymyksiä, oikaista väärinkäsityksiä, selventää ilmausten sanamuotoja ja vastauksia sekä syventää tietoa esimerkiksi esittämällä lisäkysymyksiä ja pyytämällä perusteluja esitetyille mielipiteille. Haastattelussa tutkijalla on paremmat mahdollisuudet motivoida tutkittavia verrattuna esimerkiksi kyselylomakkeeseen. Haastattelu mahdollistaa myös aiheiden järjestyksen muuttamisen. Lisäksi haastattelun kautta voidaan saada esille kuvaavia esimerkkejä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 35 - 36; Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.)

Valitsin aineistonkeruumenetelmäksi haastattelun, sillä se tukee hyvin tutkimukseni tavoitetta ja sen kautta annoin nuorille mahdollisuuden kertoa vapaasti omin sanoin heidän omista kokemuksistaan. Haastattelun valintaa aineistonkeruumenetelmäksi tuki myös haastattelun tuoma mahdollisuus joustavaan keskusteluun. Kuten aiemmin toin ilmi, tarvittaessa esimerkiksi kysymysten toistaminen, kysymysten järjestyksen muuttaminen ja mielipiteiden perusteluiden pyytäminen oli mahdollista. Tutkimuksen kohderyhmää ajatellen uskoin, että haastattelemalla saan enemmän tietoa, kuin esimerkiksi kyselylomakkeeseen verrattuna. Haastatteluihin valitut nuoret olivat kaikki täysi-ikäisiä. Tutkimuksessa haastatellut nuoret valitsin yhdessä pajaohjaajien eli tässä

tapauksessa toimeksiantajan edustajan kanssa ja nuoren omalla suostumuksella.

Luottamuksen rakentuminen haastattelijan ja haastateltavan välille on yksi tärkeä tekijä tutkimushaastattelussa. Sanotaan, että luottamuksen muodostuminen on informaation saannin edellytys. Tutkijan on siis kerrottava haastateltaville haastattelun tarkoitus, suojeltava haastateltavien anonymiteettia ja taata saatujen tietojen pito luottamuksellisena. Haastattelijan tulee myös osoittaa kiinnostusta haastateltavaan ja hänen kertomiaan asioita kohtaan. Jotta tutkija onnistuisi luomaan heti haastattelun alusta alkaen hyvän suhteen vastaajaan, hänen kannattaa muun muassa osoittaa empaattista asennettaan sekä aloittaa laajemmilla ja helpoilla avauskysymyksillä. (Ruusuvuori & Tiittula 2005a, 41.) Tätä tutkimusta varten tehdyt haastattelut aloitettiin helpoilla taustakysymyksillä kysymällä ikää, sukupuolta ja pajalla olo aikaa.

### 5.2.3 Teemahaastattelu

Verraten muihin haastattelumuotoihin teemahaastattelu on lähempänä strukturoimatonta kuin strukturoitua haastattelua. Teemahaastattelu ei ole yhtä vapaa kuin syvähaastattelu, mutta sillä ei myöskään ole lomakehaastattelulle tyypillisiä tarkkoja kysymysmuotoja ja järjestystä. Puolistrukturoidulle haastattelumenetelmälle eli teemahaastattelulle on ominaista, että haastattelu kohdistetaan valittuihin teemoihin, joista keskustellaan. Teemahaastattelussa kysymykset on kaikille haastateltaville samat, mutta haastatteliija voi vaihdella niiden sanamuotoja. Teemahaastattelussa vastausvaihtoehtoja ei ole määriteltynä vaan kysymyksiin voi vastata omin sanoin. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47 - 48.) Teemahaastattelussa ei kuitenkaan voi kysyä mitä tahansa vaan tarkoituksena on saada merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen mukaisesti (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75). Teemahaastattelu sopii tilanteisiin, joissa tutkimuskohteena ovat intiimit tai arkaluonteiset aiheet tai halutaan tutkia heikosti tiedostettuja asioita. Teemahaastattelussa korostetaan ihmisten tulkintoja ja heidän antamiaan merkityksiä eri asioille (Metsämuuronen 2000, 42; Tuomi & Sarajärvi 2009, 75).

Valitsin aineistonkeruumenetelmäksi eri haastattelumuodoista teemahaastattelun, sillä koin sen sopivan nuorten haastatteluihin. Arjenhallintaan liittyvistä asioista keskusteleminen vieraan ihmisen kanssa saattaa olla joillekin vaikeaa, sillä keskustelussa saatetaan lähestyä melko arkaluonteisia aiheitakin.

Tästä syystä joustava teemahaastattelu oli hyvä vaihtoehto. Toteutin nuorten haastattelut yksilöhaastatteluina kahden päivän aikana rauhallisessa toimistotilassa Kouvola-talolla. Istuin nuorten kanssa haastattelutilanteessa saman pöydän ääressä. Haastattelut etenivät haastattelunrunгон mukaisessa järjestyksessä kaikissa neljässä haastattelussa. Esitin haastattelukysymykset osittain kuten ne haastattelurunkoon oli kirjattu ja osittain hieman omin sanoin muunneltuina. Haastatteluiden aikana koin joidenkin vastusten vaativan vielä tarkennusta, joten esitin vielä muutamia tarkentavia kysymyksiä, saadakseni perusteluja mielipiteille.

Tutkimushaastattelut on usein tapana äänittää. Kaikissa tilanteissa se ei ole mahdollista, mutta useimmiten siitä on enemmän hyötyä kuin haittaa. Haastattelun äänittäminen mahdollistaa haastattelutilanteeseen palaamisen uudelleen, jolloin äänitys toimii tulkintojen tarkistamisen välineenä ja muistiapuna. Lisäksi äänittäminen antaa mahdollisuuden tarkastella ja analysoida haastattelun kulkua. Onnistunut äänitys on ratkaisevassa osassa aineiston käyttöä ajatellen, joten haastattelun äänittämiseen on syytä valmistautua hyvin. (Ruusuvuori & Tiittula 2005b, 14.) Päätin äänittää haastattelut, sillä se tuntui parhaalta tavalta taltioida saadut vastaukset ja koin, että se helpottaa huomattavasti aineiston jatkotyöskentelyä. Äänitin jokaisen haastattelun äänittämiseen tarkoitetulla laitteella. Ennen haastatteluiden aloittamista varmistin ja testasin äänityslaitteen toimivuuden.

#### 5.2.4 Aineiston analyysi

Äänitetyt aineistot on muutettava kirjoitettuun muotoon eli litteroitava analyysia varten. Litterointi toimii muistin tukena ja auttaa tutkimuksen kannalta tärkeiden yksityiskohtien havaitsemista koko aineistosta. (Ruusuvuori & Tiittula 2005b, 15.) Litteroinnin sopiva tarkkuus tulee määritellä tutkimusongelman ja metodisen lähestymistavan pohjalta. Mikäli tutkimuksessa kiinnostus kohdistuu haastattelussa esiin nouseviin asiasisältöihin, ei yksityiskohtainen litterointi ole tarpeen. Tällaisessakin tapauksessa on kuitenkin syytä litteroida myös haastattelijan puheenvuorot, jotta tutkija voi päätellä onko haastattelijan kysymysten muotoilu vaikuttanut saatuun vastaukseen. (Ruusuvuori 2010, 424 - 425.)

Tässä opinnäytetyössä kiinnostus kohdistui nuorilta haastatteluista saatuihin arvioihin pajatoiminnan vaikuttavuudesta eli keskityttiin asiasisältöihin eikä

niinkään esimerkiksi siihen, miten tai milloin nuoret vastasivat. Tässä tapauksessa siis vähemmän tarkka litterointi riitti. Litteroin haastattelut tietokoneelle siinä järjestyksessä, jossa ne olivat haastattelussa tulleet esille. Litteroinnin jälkeen tuhosin nauhoitetun aineiston.

Perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää laadullisessa tutkimuksessa, on sisällönanalyysi. Sisällönanalyysin avulla on tavoitteena saada tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetysti ja yleisessä muodossa. Ensimmäisenä tutkijan tulee valita rajattu ilmiö, johon keskittyä analyysissä. Litteroinnin jälkeen tutkija esimerkiksi teemoittelee aineiston, mikä tarkoittaa aineiston pilkkomista ja ryhmittelyä erilaisten aiheiden mukaan. Alustavan ryhmittelyn jälkeen etsitään varsinaisia teemoja eli aiheita. Perusajatuksena on etsiä tiettyä teemaa kuvaavia näkemyksiä. Jos tutkimuksessa on käytetty teemahaastattelua aineistonkeruumenetelmänä, aineiston pilkkominen on melko helppoa, sillä haastattelun teemat muodostavat jo itsessään jäsennyksen aineistoon. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91 - 93, 103.)

Tätä opinnäytetyötä analysoidessa käytin laadullisen aineiston analyysimenetelmänä sisällönanalyysiä. Luin aineistoa useaan otteeseen saadakseni aineistosta kaiken irti. Analyysiä tehdessäni huomasin kerätyn aineiston olevan melko niukka, joka johtui osittain vähäisistä haastattelutaidoistani ja osittain, siitä, että nuorten haastattelut eivät olleet kovinkaan runsaita sisällöltään. Litteroinnin jälkeen aloin ryhmitellä esille nousseita asioita. Poimin ensin aineistoista aiheita, jotka toistuivat ja sitten asioita, jotka eivät toistuneet. Nostin aineistosta esille asioita, jotka olivat opinnäytetyön tavoitteiden kannalta olennaisia ja mielenkiintoisia, kuten arjenhallinnan osa-alueisiin liittyviä aiheita. Näiden poimintojen jälkeen ryhmittelin aiheita paperilla ja mietin niille yhteisiä nimittäjiä. Lopulta päädyin neljään teemaan, jotka esitellään tutkimustuloksissa tarkemmin.

### 5.3 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

#### **Eettisyys**

Haastattelututkimuksessa on syytä huomioida monia siihen liittyviä eettisiä kysymyksiä, sillä ihmistieteissä niitä tulee eteen tutkimuksen kaikissa vaiheissa (Hirsjärvi & Hurme 2008, 19). Haastattelun eettisyyttä voidaan tarkastella esi-

merkiksi haastattelijan ja haastateltavan välisen suhteen kautta. Luottamuksellisuus on yksi tärkeimmistä kysymyksistä. Haastattelututkimuksessa se tarkoittaa muun muassa sitä, että haastattelijan tulee kertoa haastateltaville totuudenmukaisesti haastattelun tarkoitus. Lisäksi haastattelijan pitää käsitellä ja säilyttää saatuja tietoja luottamuksellisina sekä suojella haastateltavien anonymiteettia tutkimusraporttia kirjoitettaessa. (Ruusuvuori & Tiittula 2005b, 17.)

Valitessaan haastattelun tiedonkeruumenetelmäksi tutkija joutuu pohtimaan, kuinka paljon haastateltaville tulisi kertoa tutkimuksesta ja sen tavoitteista sekä yksityiskohtaisista menettelytavoista. Pääsääntönä kuitenkin pidetään sitä, että haastateltava antaa suostumuksensa perustuen asianmukaiseen informaatioon. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 20.) Tutkijan tulee myös pohtia haastateltavien henkilöiden tunnistettavuuteen liittyviä kysymyksiä. Haastattellessa yksityishenkilöitä tulee erityisesti kiinnittää huomiota siihen, ettei heidän henkilöllisyytensä käy ilmi tutkimusraportissa. Jotta henkilöllisyys pysyisi salassa, haastateltavien tunnistamiseen mahdollistavat tiedot on muutettava. Tutkimushaastattelussa tulee pyytää haastattelulupa myös haastateltavilta. (Ruusuvuori & Tiittula 2005b, 17 - 18.)

Hain tutkimuslupaa Kouvolan kaupungilta 9.3.2015, ja se myönnettiin minulle toukokuun lopussa. Haastatteluihin valitut nuoret olivat kaikki yli 18-vuotiaita, joten varsinaisesti kyseessä ei ollut lasten haastattelut. Haastateltavat nuoret olivat kuitenkin nuoria aikuisia, joten otin huomioon nuorten haastatteluihin liittyviä erityispiirteitä, esimerkiksi sen, etteivät nuoret välttämättä halua, että heidän asioitaan udellaan (ks. Hirsjärvi & Hurme 2008, 129, 132).

Pyrin varmistaa luottamuksen tunteen jokaisen haastateltavan kohdalla. Ennen haastatteluja kerroin yleisesti Nuorten pajalla nuorille opinnäytetyöni tarkoituksesta ja tavoitteista sekä haastattelun tarkoituksesta. Lisäksi kerroin, että haastateltavat pysyvät tutkimuksessa nimettöminä eikä heitä pysty tunnistamaan valmiista opinnäytetyöstä. Suullisen informoinnin lisäksi pyysin jokaista haastateltavaa allekirjoittamaan haastatteluluvan (liite 1), jossa lukivat muun muassa edellä mainitut asiat. Samalla varmistin heidän suostumuksensa haastatteluiden nauhoittamiseen. Lisäksi pohdin tarkkaan, miten ja mitä kerron haastateltavista tutkimusraportissa, jotta he pysyvät tunnistamattomina. Käsittelin keräämääni aineistoa luottamuksellisesti ja vaitiolovelvollisuuttani noudattaen. Tutkimushaastatteluista tehdyt litteroinnit pidin salassa siten, ettei

kukaan ulkopuolinen päässyt niitä lukemaan ja tutkimuksen valmistuttua hävitin haastatteluaineistot. Näillä keinoilla olen varmistanut, että opinnäytetyöni olisi eettisesti mahdollisimman vahva.

### **Luotettavuus**

Tutkimuksen luotettavuudesta puhuttaessa käytetään käsitteitä reliaabelius ja validius. Reliaabelius tarkoittaa tulosten toistettavuutta eli tutkittaessa samaa henkilöä kahteen kertaan saadaan molemmilla kerroilla sama tulos. Validius puolestaan tarkoittaa, että tutkimuksessa on tutkittu sitä, mitä on luvattu. Nämä käsitteet ovat syntyneet ja niitä käytetään määrällisen tutkimuksen piirissä, joten niiden soveltaminen laadulliseen tutkimukseen ei ole niin yksiselitteistä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa reliaabelius koskee lähinnä tutkijan toimintaa eikä niinkään haastateltavien vastauksia eli sitä, onko esimerkiksi kaikki käytettävissä oleva aineisto huomioitu ja onko aineisto litteroitu oikein. Laadullisessa tutkimuksessa keskeisin validiuden muoto on rakennevalidius. Tutkijan on siis dokumentoitava, miten hän on päätenyt luokittelemaan ja kuvaamaan aineistoa, juuri niin kuin hän on tehnyt. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 186, 189; Tuomi & Sarajärvi 2009, 136.)

Kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyn tutkimuksen sanotaan olevan luotettava silloin, kun tutkimuskohde ja tutkittu materiaali ovat yhteensopivia eikä teorian muodostukseen ole vaikuttaneet epäolennaiset tai satunnaiset tekijät. Loppujen lopuksi laadullisen tutkimuksen luottavuuden yksi kriteeri on tutkija itse ja hänen oma rehellisyytensä, sillä arvioinnin kohteena ovat tutkijan teot, valinnat sekä ratkaisut. Tutkijan on siis arvioitava oman tutkimuksensa luotettavuutta kaikkien tekemiensä valintojen kohdalla. (Vilkkä 2015, 196 - 197.)

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus ja toteuttamani tutkimushaastattelut ovat ainutlaatuisia, joten suoraan reliaabelius ja validius eivät toimi työn luotettavuuden arviointiin. Luotettavuuden arviointi opinnäytetyössäni perustuu opinnäytetyön eri vaiheiden dokumentointiin. Tutkimusraporttia kirjoittaessa pyrin kirjaamaan mahdollisimman tarkasti tutkimuksen toteutuksen eri vaiheita ja varmistamaan näin tutkimuksen luotettavuutta.

Ennen opinnäytetyön aloittamista harkitsin tutkimukseeni sopivia tutkimus- sekä aineistonkeruumenetelmiä ja lopulta päädyin mielestäni tutkimuksen

kannalta parhaisiin menetelmiin. Luodessani haastattelurunkoa pyrin tekemään siitä mahdollisimman laadukkaan ja pohdin pitkään kysymysmuotoja, jotta saisin mahdollisimman kattavia vastauksia. Tutkimuksen luotettavuutta ajatellen valitsin haastateltaviksi nuoria, jotka olivat olleet jo jonkin aikaa pajalla ja heille oli ehtinyt kertyä kokemuksia pajan toiminnasta. Haastattelin kaikkia neljää nuorta suunnitelmien mukaisesti. Valitsin haastattelutilaksi mahdollisimman rauhallisen toimistohuoneen ja varmistin tallenteiden hyvän laadun ja kuuluvuuden valitsemalla laadukkaan äänityslaitteen. Lisäksi tarkistin ennen haastatteluja laitteen toimivuuden. Litteroin kerätyn aineiston alusta loppuun saakka samaa sääntöä noudattaen. Näillä edellä mainituilla seikoilla olen varmistanut tutkimukseni luotettavuutta.

Haastatteluissa kerätyn aineiston luotettavuus riippuu sen laadusta (Hirsjärvi & Hurme 2008, 185). Haastatteluiden nauhoitukset ja litteroitu aineisto olivat mielestäni laadukkaita ja tukivat täten tutkimuksen luotettavuutta. Kerätyn aineiston sisältö oli kuitenkin niukempi kuin mitä olin ennalta ajatellut. Haastatteluihin ei kulunut niin paljon aikaa, kuin olin aluksi ajatellut. Haastatteluihin kului keskimäärin noin 15 minuutti per henkilö. Osa haastatteluista nuorista oli vähäsanaisia ja heidän vastauksensa olivat hyvin niukkoja. Tämän lisäksi aineiston niukkuuteen vaikutti kokemattomuuteni haastattelijana. Vielä huoleellisempi perehtyminen ja kokemus olisivat tuoneet varmuutta ja osaamista haastateltavien motivoinnista ja tarkentavien kysymysten luomisesta. Koen, että keräämäni aineiston niukkuus osaltaan heikentää tutkimuksen luotettavuutta. Lisäksi aineiston analyysin ja tutkimustulosten kirjaaminen tutkimusraporttiin osoittautui minulle yllättävän haastavaksi. Joudin useasti hiomaan, muotoilemaan ja jäsentelemään näitä kohtia tutkimusraportissa. Tämä seikka on voinut vaikuttaa tutkimukseni luotettavuuteen heikentävästi, mutta toisaalta näiden osioiden hiominen on puolestaan parantanut niiden luotettavuutta.

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

Alla kuvatut tulokset perustuvat nuorten näkemyksiin pajatoiminnasta ja sen vaikuttavuudesta. Pajan toimintaan aktiivisesti osallistuvia nuoria oli haastatteluhetkellä 12 ja vähemmän aktiivista nuoria 10. Heistä haastattelin suunnitellusti yhteensä neljää. Haastatteluihin osallistuneet nuoret olivat ikähaarukaltaan 21 - 28-vuotiaita. Nuorten pajalla oloaika vaihteli viidestä kuukaudesta yh-

teen vuoteen. Jokaisella oli siis kokemusta pajasta ja sen toiminnasta useamman kuukauden ajalta. Haastatteluihin osallistuneet nuoret olivat joko työttömiä tai heillä oli ammattitutkinto suorittamatta tai kesken. Jaoin tutkimustulokset neljään osioon: Nuorten paja mielekkäänä kokemuksena, ohjaus Nuorten pajalla, arjen rutiinit sekä psyykkinen hyvinvointi ja tulevaisuuden näkymät.

## 6.1 Nuorten paja mielekkäänä kokemuksena

Nuorten pajan toimintaan osallistuminen on ollut nuorille kaiken kaikkiaan positiivinen kokemus. Nuoret kuvailivat pajatoimintaa muun muassa sanoilla mukavaa, mielekäästä ja tarpeellista. Yksi nuorista kuvaili pajatoimintaa seuraavasti:

”Hmm, no ainaki miellyttävään ja kyl mä sen koen sillee ainakii mulle itelleni aika tarpeelliseksi.”

Haastateltavien mielestä paja vastaa heidän tarpeisiinsa ja siitä syystä nuoret käyvät pajalla. Asiat, jotka haastateltavien nuorten mielestä pajatoimintaan osallistumisesta tekee mielekäästä, ovat muiden seura ja erilaisten uusien asioiden kokeileminen.

Pajalla pääsee toisten ihmisten seuraan ja pääsee toimimaan niin yksin kuin ryhmässäkin. Vaikka nuoret eivät kokeneet saaneensa pajalta uusia kavereita, he kokivat tärkeänä, etteivät pajalla käyvät henkilöt vaihdu jatkuvasti. Nuorten pajan toiminta siis tukee ja ylläpitää nuorten sosiaalisia taitoja.

Kaksi nuorta mainitsi positiivisena asiana myös toimintaan osallistumisen vapaaehtoisuuden. Heidän kertomansa mukaan toimintaan ei ole pakko osallistua, jos se ei ole itselle mieluisinta tai jos jostain syystä ei sillä kertaa jaksaa osallistua. Jokainen voi tehdä ja käydä pajalla oman jaksamisen tai kiinnostuksen mukaan, mikä motivoi nuoria osallistumaan Nuorten pajan toimintaan.

Haastatteluissa nuoret nostivat esille myös muutamia asioita, joita he olivat päässeet pajalla jakamaan tai kokemaan. Yksi nuorista oli päässyt jakamaan muiden kanssa omia kiinnostuksen kohteitaan, ja yksi haastateltavista kertoi löytäneensä pajan toiminnan kautta mahdollisen uuden harrastuksen. Nuoret kertoivat pajasta ja sen toiminnasta kaiken kaikkiaan hyvin positiiviseen sä-



vyyn, eikä heidän tarvinnut miettiä vastauksia pitkään. Kukaan nuorista ei nostonut haastatteluissa esille mitään negatiivisia kokemuksia pajasta tai sen toiminnasta.

Tutkimustulosten mukaan Nuorten pajan toimintaan osallistumisesta oli ollut hyötyä kaikille nuorille. Hyötynä nuoret mainitsivat muun muassa seuraavia asioita: nuoret olivat saaneet pajalla tietoa sekä mahdollisuuksia tutustua muihin ihmisiin ja kokeilla kaikenlaista uutta. Lisäksi hyötynä mainittiin pajan ylläpitävä vaikutus arjen rutiineihin ja sosiaalisiin taitoihin, muiden seura ja pajan tuoma sisältö päiviin. Näitä asioita käsitellään tarkemmin seuraavissa luvuissa.

## 6.2 Ohjaus Nuorten pajalla

Yksi haastatteluiden teemoista oli pajalta saatu ohjaus. Tätä teemaa käsitellessä nuorilta tuli osittain hieman epävarmoja vastauksia, ja he miettivät vastauksiaan pidemmän aikaa. Osa nuorista koki, etteivät he juurikaan olleet tarvinneet ohjausta eikä siksi ollut sitä saanut, mutta nuoret kertoivat kuitenkin saavansa ohjausta tarvittaessa. Lähes kaikki nuoret toivat esille, että heillä olisi mahdollisuus pohtia tulevaisuutta yhdessä ohjaajien kanssa, mutta kukaan heistä ei kokenut sitä juuri tällä hetkellä täysin ajankohtaiseksi.

Muutamia asioita nuoret kuitenkin toivat esille, jotka toistuivat kaikissa haastatteluissa. Nuoret olivat saaneet ohjausta pääasiassa opiskeluun liittyvissä asioissa ja neuvoja erilaisten hakemusten sekä papereiden täyttämiseen. Nuoret ovat myös saaneet tarvittaessa neuvoja siihen, kenen viranomaisen puoleen kääntyä milloinkin tai keneltä sen hetkisestä asiasta kannattaisi kysyä. Ohjauksesta puhuttaessa kaksi nuorta nosti haastatteluissa esille myös kahden keskeiset keskustelut ohjaajien kanssa, joista nuoret olivat saaneet apua esimerkiksi stressaaviin tilanteisiin. Pajalta saatu ohjaus liittyy siis useimmiten arjen käytännön asioiden hoitamiseen, mutta tarvittaessa tukea saa myös henkilökohtaisten keskusteluiden muodossa.

Ohjaajilta saadun ohjauksen kaikki nuoret olivat kokeneet hyvänä. Yksi nuorista kertoi ohjauksen kautta saadun avun tuoneen helpotusta silloiseen tilanteeseen. Kahden haastateltavan mukaan ohjaajien ajatukset ovat yleensä olleet samankaltaiset omien ajatusten kanssa. Yksi haastateltavista nuorista kuvaili ohjaajien toimintaa näillä sanoilla:

”No se on ollu ihan semmost niiku mitä olettaski. Ihan sellast simppelei, rehtii ja hyvää.”

### 6.3 Arjen rutiinit

Haastatteluissa nousivat toistuvasti esille pajatoiminnan vaikutukset nuorten päivärytmiin. Kaikki nuoret kertoivat pajan toimintaan osallistumisen tukevan ja ylläpitävän normaalia päivärytmiä ja mainitsivat sen olevan myös arjenhallintaan eniten vaikuttanut asia pajatoiminnassa.

”- - saan piettyä paljo parempaa päivärytmii - -”

”- - päivärytmii se auttaa joo. Ja no siinä se ehkä isoin juttu on.”

”No kyllähän se omanlaisensa rytmin tuo siihen päivään.”

”Paremmiin niiku herää just suht koht aikasee aina ja niiku, et on saanu sen päivärytmin sillee, että syö säännöllisesti ja tulee lähettyä johkuu sielt kotoont.”

Nuorten mukaan pajalla käyminen auttaa aamulla heräämisessä ja liikkeelle lähdössä. Lisäksi se rytmittää päivää ja sitä kautta tukee erilaisten asioiden hoitamista päivän aikana. Pajan toimintaan osallistuminen tuo myös sisältöä päiviin, jonka moni haastateltavista mainitsi yhtenä tärkeänä asiana. Pajan toiminta ylläpitää päivän rutiineja ja sitä kautta helpottaa myös esimerkiksi säännöllistä ruokailua ja illalla nukkumaan käymistä.

Kaikki nuoret olivat sitä mieltä, etteivät he olleet oppineet pajalla oloaikana mitään uusia taitoja, jotka auttaisivat selviytymään arjessa. Vastausten perusteella kaikilla nuorilla oli jo riittävät taidot arjesta selviytymiseen. Lähinnä he olivat saaneet tarvittaessa ohjeita ja neuvoja asioiden hoitamiseen. Arjesta selviytymisen haasteet kumpuavat nuorilla enemmän psyykkisestä pahoinvoinnista.

Kaikilla nuorilla oli erilainen käsitys siitä, miten pajatoiminta on vaikuttanut heidän vapaa-aikaansa. Yksi nuorista oli sitä mieltä, ettei se ole vaikuttanut lainkaan ja toinen taas kertoi pajatoiminnan vaikuttaneen niin, että hän viettää vapaa-aikaansa pajalla. Kolmas kertoi löytäneensä pajan kautta mahdollisen uuden harrastuksen, jonka aikoi aloittaa. Neljäs haastateltavista kertoi, ettei paja varsinaisesti ollut vaikuttanut hänen vapaa-aikaansa, mutta hän oli tuonut

omia harrastuksiaan pajalle. Pajan vaikutukset vapaa-aikaan olivat hyvin moninaisia, mikä kertonee siitä, että pajalla saa tehdä asioita oman jaksamisen ja kiinnostuksensa mukaisesti.

#### 6.4 Psyykkinen hyvinvointi ja tulevaisuuden näkymät

Pajan toimintaan osallistumisella oli vaikutuksia myös psyykkisen hyvinvointiin. Kaikki nuoret sanoivat pajatoimintaan osallistumisen vaikuttavan mielialaan positiivisella tavalla. Mielialaa nostattavia tekijöitä pajalla olivat muun muassa mielekäs tekeminen ja toimintaan osallistumisen vapaaehtoisuus, hyvät ohjaajat ja mukavat nuoret sekä toisten ihmisten seura.

”- - sillon kun on pajalla, ni on parempi olla.”

Vaikka kaikki nuoret kokivat pajan toimintaan osallistumisen nostattaneet mielialaa selvästi, nuorten oli vaikea arvioida pajatoiminnan vaikutuksia itsetuntoon ja moni päätyikin siihen, että toiminnalla ei ole juurikaan ollut vaikutusta itsetuntoon. Yksi nuorista pohti itsetunnon kasvun olevan monen tekijän tulos. Vastausten perusteella voi kuitenkin todeta, että pajan toiminta kuitenkin ylläpitää itsetuntoa, sillä kukaan ei maininnut sen heikentävääkään vaikutusta.

Kysyin myös nuorilta, luottavatko he tällä hetkellä omiin kykyihinsä ja voimavaroihinsa sekä onko siinä tapahtunut muutosta pajalla oloaikana. Haastatteluvista nuorista yksi luotti vahvasti omiin kykyihinsä sekä voimavaroihinsa ja hän koki pajatoiminnan lähinnä ylläpitävän luottamusta. Muut nuorista eivät luottaneet tai luottivat vain osaan omista kyvyistä. He kokivat, että muutosta parempaan suuntaa oli kuitenkin tapahtunut pajajakson aikana. Tämä kertoo siitä, että Nuorten pajalla on tavoittanut oikeita nuoria eli nuoria, jotka eivät ole opiskelu- tai työkykyisiä. Luotto omaan tekemiseen on heikkoa, mutta pajalla nuorten luottamusta pyritään vahvistamaan, jotta siirtyminen esimerkiksi työelämään olisi jonakin päivänä mahdollista.

Haastatteluissa selvitin myös, millaisia ajatuksia nuorilla on omasta tulevaisuudestaan. Puolet nuorista näki tulevaisuutensa epämääräisenä, vailla suunnitelmia ja puolet taas näki tulevaisuuden hieman parempana. Nuorten mainitsemat tulevaisuuden suunnitelmat liittyivät lähinnä koulutukseen ja työhön, mutta kukaan ei kokenut niitä juuri tällä hetkellä ajankohtaisiksi. Pajatoiminta oli vaikuttanut nuorten tulevaisuuden näkymiin siinä määrin, että nuoret olivat

saaneet lisää tietoa erilaisista työ- ja koulutusmahdollisuuksista, mikä vaikutti hieman positiivisella tavalla heidän ajatuksiinsa tulevaisuudesta.

Kolme neljästä nuoresta oli sitä mieltä, että pajatoiminta on parantanut jossain määrin heidän koulutus- tai työllistymismahdollisuuksiaan. Yhden haastateltavan mielestä se ei ollut parantanut, mutta ei myöskään heikentänyt. Kaiken kaikkiaan nuorten tulevaisuuden näkymät olivat hyvin epämääräiset ja mieleen tulleet ajatukset esimerkiksi työstä tuntuivat hyvin kaukaisilta. Nuorten pajan toiminnan tavoitteena on saada nuoret pajalta ajallaan eteenpäin, mitä pidetään mielessä pohtimalla erilaisia vaihtoehtoja tulevaisuudelle. Joidenkin nuorten prosessi on pidempi, ja asiassa edetään nuoren voinnin mukaan, kuitenkin tavoitteet mielessä.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Vaikutusten arviointi sosiaalialalla on hankalaa, sillä saadut tulokset voivat olla monien eri tekijöiden summa. Vaikka tässä opinnäytetyössä selvitin nuorten kokemuksia pajatoiminnan vaikuttavuudesta, törmäsin tähän ilmiöön myös opinnäytetyötäni tehdessä. Monilla pajan nuorilla on asiakkuus jossakin toisessa palvelussa, kuten esimerkiksi psykiatriin poliklinikalla, jossa tehdään osittain töitä samojen asioiden kanssa. Tällöin nuorten on varmasti vaikea arvioida, mitkä asiat ovat muuttuneet pajatoiminnan kautta tai avulla. Muutamia selkeitä pajan tuomia muutoksia arjenhallintaan nousi haastatteluissa esille, mutta pajatoiminnan vaikutuksia esimerkiksi psyykkiseen hyvinvointiin nuorten oli selvästi vaikeampi arvioida. Tuloksissa vahvasti esille noussut päivärytmin ylläpitäminen oli selkeä suora vaikutus pajalla käymisestä, sillä se on konkreettista ja sitä kautta helpommin arvioitavissa. Aamulla ylös nouseminen ja päivän viettäminen pajalla suoraan tukee normaalia päivärytmiä.

Tutkimuksen tuloksiin vaikutti varmasti myös se, että olin osalle nuorista melko vieras. Uskon myös, että osa nuorista ei halunnut tai kyennyt kertomaan kaikkia asioita, jotka olisivat liittyneet haastatteluissa esitettyihin kysymyksiin. Ihmisiä kohdattaessa tämä on täysin ymmärrettävää. Osa nuorista oli runsassanaaisia ja avoimia, toiset taas vastasivat kysymyksiin siinä määrin, minkä kokivat tarpeelliseksi ja itselle mielekkääksi.

Kouvolan Nuorten paja on matalan kynnyksen palvelu, jota myös tutkimustulokset tukivat. Pajan toimintaan osallistuminen on nuorille täysin vapaaehtoista

ja tärkeintä pajalla on se, että toimintaan saa osallistua oman jaksamisen mukaan ja edetä asioissa oman tahtiin. Muun muassa nämä matalan kynnyksen palvelun ominaisuudet motivoivat nuoria sitoutumaan pajan toimintaan.

Uskon, että tällainen Nuorten pajan kaltainen toiminta on hyvä tapa ennaltaehkäistä syrjäytymistä ja saada koppi niistä nuorista, jotka eivät pysty tai ole valmiita sitoutumaan muihin palveluihin, joissa vaatimustaso on ehkä korkeampi. Jos peilataan Nuorten pajan toimintaa nuorisotyöttömyyteen, näen, että paja tekee osansa kuntouttaakseen niitä nuoria, jotka eivät ole työkykyisiä. Erilaisen vaihtoehtojen pohtimisella ja tiedon lisäämisellä erilaisista työ- ja koulutusmahdollisuuksista pyritään madaltamaan nuorten kynnystä siirtyä opiskelemaan tai työelämään. Nuorten pajan tarkoituksena on toteuttaa nuorisotakuuta, ja mielestäni se vastaa hyvin nuorisotakuun tavoitteisiin tarjoamalla palvelua, jossa voidaan muun muassa tukea nuorten arjentaitoja, ehkäistä syrjäytymistä tai lyhentää pidempiaikaista koulutuksen tai työelämän ulkopuolisuutta.

Jos peilataan tutkimustuloksia opinnäytetyön teoriaosuuteen, huomaa, että tulokset liittyvät vahvasti arjenhallinnan osa-alueista arjen rutiineihin, joka on merkittävä osa arjenhallintaa. Nuorten paja on sosiaalisen kuntoutumisen yksikkö, joka on suunnattu nuorille, jotka eivät kykene vielä esimerkiksi työpajojen kaltaiseen toimintaan. Nuorten elämäntilanne saattaa olla sekava ja arjen rutiinit kadoksissa. Tällöin lähdetään tavoittelevaan muun muassa normaalia päivärytmiä, säännöllisiä ruokailuja sekä toiminnan ja levon tasapainottamista. Nämä samat asiat löytyvät myös Nuorten pajan tavoitteista, joten tutkimustulokset tukevat näiden tavoitteiden toteutumista pajalla. Tuloksissa erityisesti päivärytmin palauttaminen ja ylläpito nousi esille merkittävimpana vaikuttavana tekijänä pajatoiminnassa.

Tutkimustuloksia tarkastellessa huomaa, että kaikkia hyvän elämänhallinnan merkkejä ei nuorilta löytynyt. Esimerkiksi tulevaisuuden tavoitteiden luominen ja kyky ponnistella tavoitteiden saavuttamiseksi, tuntui olevan haastavaa monille nuorista. Jokaisen nuoren elämäntilanne erilainen ja jokainen työstää omia elämänhallinnan tai arjenhallinnan heikkoja kohtia. Nuorten pajan toiminnan tavoitteellisuutta ajatellen hyvän elämänhallinnan merkeistä voisi löytää joitakin tavoitteita nuorille, joihin pajan toimintaan osallistumisella pyritään.

Nuorilla ei juurikaan tutkimustulosten mukaan ollut tulevaisuuden suunnitelmia. Nuorten pajalla tähän voitaisiin kiinnittää enemmän huomiota ja miettiä niitä esimerkiksi yhdessä nuoren ja ohjaajien kanssa. Suunnitelmien ei tarvitse liittyä alussa opiskelu- tai työpaikan saamiseen, vaan ne voivat olla pienempiä välitavoitteita, joihin pyrkiä. Tätä kautta nuorten luottamus itseensä ja omaan tekemiseen voisi kasvaa. Lisäksi näin nuorilla olisi joitakin asioita, joista haaveilla ja, joita tavoitella.

Kouvolan Nuorten paja on saanut jatkoa vuoden 2015 loppuun asti. Mielestäni tutkimuksen tulokset osoittavat sen, että Nuorten pajan kaltaisella matalan kynnyksen palvelulle on Kouvolassa tarvetta. Paja on matalan kynnyksen paikka, jossa on mahdollista edetä pienin askelin. Paja on nuorille turvallinen paikka, jonne mennä kuluttamaan aikaa ilman liian suuria vaatimuksia ja saada mielekästä sisältöä päiviin. Tätä kautta päästään kiinni myös niihin nuoriin, jotka eivät ole opiskelu- tai työkuntoisia. Pajalla on mahdollisuus kokeilla uusia asioita, mutta sieltä saa tarvittaessa myös neuvoja, ohjausta ja henkistä tukea.

## 8 POHDINTA

### 8.1 Tutkimustehtävän toteutuminen

Saavutin mielestäni opinnäytetyön tutkimustehtävän. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää nuoria haastatteleamalla millaisia kokemuksia pajalaisilla on pajatoiminnasta ja sen vaikutuksista arjenhallintaan. Sain koottua neljän pajanuoren kokemuksia pajan toiminnasta ja sen vaikutuksista. Lisäksi selvitin kokemuksia työntekijöiltä saadusta ohjauksesta ja nuorten ajatuksia pajan hyötysuhteesta. Tutkimuskysymyksiä olisin kuitenkin voinut vielä hioa parempaan muotoon. Tutkimuskysymyksenä kysymykset, joihin voi vastata kyllä tai ei ovat tutkimuksen kannalta huonoja. Mielestäni valitsin tähän opinnäytetyöhön sopivan tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmän. Mielestäni ne palvelivat hyvin tutkimuksen tarkoitusta ja tavoitteita. Kehityshaasteena näen omat taitoni haastattelijana. Kokemus haastatteluista olisi tuonut varmuutta ja taitoa esittää hyviä tarkentavia kysymyksiä, joiden avulla olisi saanut kaiken irti haastattelien vastauksista. Lisäksi koin haastavaksi tutkimusaineiston analyysin, johon olisin voinut perehtyä vielä enemmän.

Haastatteluissa osallistujaprosentti oli noin 18 % kaikista pajan toimintaan osallistuvista nuorista. Tätä tutkimusta ajatellen prosenttiosuus on mielestäni riittävän suuri. Tulokset olisivat varmasti olleet monipuolisemmat, jos haastattavien määrä olisi ollut suurempi. Saadut tulokset antavat kuitenkin arvokasta tietoa nuorten näkemyksistä.

Opinnäytetyötä ei ollut tarkoitus yleistää yleiselle tasolle, vaan saada tietoa uudenlaisesta palvelusta. Opinnäytetyötä oli kuitenkin tarkoitus hyödyntää pajan toiminnan kehittämisessä, mutta mitään suoria kehityskohteita ei tutkimuksen aikana noussut esille. Toivon kuitenkin, että tutkimustulokset toisivat pajan henkilökunnalle jotakin uutta ja hyödyllistä tietoa toiminnan kehittämisen näkökulmasta. Se, miten tutkimustietoa hyödynnetään pajan toiminnan kehittämisessä, riippuu paljon työntekijöistä. Jatkossa voitaisiin selvittää laajemmalla otannalla nuorten kokemuksia pajan vaikutuksista arjenhallintaan tai kerätä nuorilta kehitysehdotuksia. Lisäksi pajan toiminnassa on varmasti muitakin tärkeitä näkökulmia, joita voitaisiin tutkia nuorten kokemusten pohjalta.

## 8.2 Oma työskentely

Ajatuksen siitä, että opinnäytetyöni liittyisi jollakin tapaa Kouvolan Nuorten Pajaan, sain jo keväällä 2014, kun kuulin meneillään olevasta Kouvolan Mielen avain -hankkeesta. Aihe tarkentui syksyllä 2014 kolmannessa harjoittelussa, jonka suoritin Nuorten pajalla. Pajan toiminnannasta tai sen vaikutuksista ei ollut vielä juurikaan tietoa, ja sitä kautta päätös tämän opinnäytetyön tekemisestä syntyi. Harkinnan ja pohdinnan tuloksena rajasin aiheeni siihen, millaisia vaikutuksia pajan toiminnalla on nuorten arjenhallintaan.

Opinnäytetyötäni aloin työstää vuoden 2015 alussa. Hain tutkimuslupaa maaliskuun alkupuolella, mutta sen myöntämisessä meni jonkin aikaa. Tutkimuslupa myönnettiin minulle Kouvolan kaupungilta 29.5.2015. Tällä aikavälillä olin saanut opinnäytetyön teoriaosuutta hahmoteltua jo jonkin verran. Teoriaosuuksien lisäksi suunnittelin keväällä teemahaastattelurungon. Alkukesän pidin taukoa opinnäytetyön kirjoittamisesta, mutta elokuussa jatkoin nuorten tutkimushaastatteluilla. Loput opinnäytetyöstä kokosin syksyn aikana. Teoriaosuuden muodostaminen sujui melko vaivattomasti, mutta tulosten ja analyysin kirjoittamisen koin haastavaksi. Tutkimushaastattelujen toteuttaminen oli hyvin opettavainen kokemus, vaikka huomasin, että minulle olisi vielä paljon

opittavaa, esimerkiksi haastateltavien motivoinnista. Osasin jo ennalta odottaa, että nuorten haastattelut saattaisivat olla sisällöltään niukkoja, mutta vasta analyysia tehdessä huomasin aineiston todellisen niukkuuden. Olisi mielenkiintoista päästä tekemään haastattelut uudelleen kokemusta rikkaampana ja vertaamaan tuloksia aiempiin.

Alkuperäinen tavoitteeni oli saada opinnäytetyöni esitarkastukseen jo syksyn alussa, mutta aikatauluni venyi kesällä pitämäni tauon takia. Kokonaisuudessaan opinnäytetyöntekoprosessi on ollut hyvin opettavainen. Ensinnäkin se on opettanut minulle pitkäjänteisyyttä, sillä työn tekemiseen meni lähes vuosi. Opinnäytetyön tekeminen on myös kasvattanut stressinsietokykyäni. Työtä tehdessä perehdyin tarkemmin tutkimuksen tekemiseen, mikä tuntui minusta aluksi erittäin haastavalta. Pala kerrallaan opinnäytetyöni on kuitenkin rakentunut ennakkoaajatuksesta huolimatta. Olen iloinen saavutuksestani, mutta koen, että minulla olisi vielä paljon opittavaa tutkimuksista ja niiden teosta.

Oli erittäin mielenkiintoista päästä keskittymään nuorten näkökulmaan ja heidän kokemuksiinsa. Suoritin kolmannen harjoitteluni syksyllä 2014 Kouvolan Nuorten pajalla, ja toiminta oli minulle jo ennestään sitä kautta tuttua. Siitä huolimatta opinnäytetyön tekeminen ja nuorten näkökulmaan keskittyminen toi esille uusia näkökulmia. Harjoitteluni aikana nuorten keskinäinen keskustelu pajalla ei ollut kovinkaan vilkasta ja näytti, että jokainen viihtyi lähinnä omissa oloissaan. Tutkimuksen tulosten perusteella nuoret kokivat kuitenkin muiden pajalaisten seuran hyvin merkittäväksi asiaksi. Joidenkin nuorten pajalla olo aika kului lähinnä istuskeluun ja oman puhelimen tutkimiseen, mutta silti pajalla olo oli heille mielekästä ja tuki heidän päivärytmiään. Tämän opinnäytetyön myötä ymmärsin, kuinka suuri merkitys pienilläkin asioilla voi olla näille nuorille, vaikkei sitä itse aluksi huomaisi tai ymmärtäisikään. Tämän opinnäytetyön tekeminen osoitti minulle, kuinka tärkeitä Nuorten pajan kaltaiset matalan kynnyksen palvelut ovat erityisesti syrjäytymisvaarassa oleville nuorille.



## LÄHTEET

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilen, M. 2003. Nuoren aika. 2. uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. 2015. Nuoret luukulla – Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Tutkimuksesta tiiviisti 3/2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125695/URN\\_ISBN\\_978-952-302-442-7.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125695/URN_ISBN_978-952-302-442-7.pdf?sequence=1) [viitattu 30.9.2015].

Arjen hallinnan malli. KOTA ry. KOTA ry:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.kota.fi/index.php?cat=15&lang=fi&mstr=4&project=> [viitattu 13.4.2015].

ESS. 2015. Nuorisotyöttömyys koettelee etenkin Kymenlaaksoa. Etelä-Suomen Sanomien internetsivut. Saatavissa: <http://www.ess.fi/uutiset/kotimaa/2015/04/18/nuorisotyottomuus-koettelee-etenkin-kymenlaaksoa> [viitattu 5.10.2015].

Hakemus valtionavustuksen saamiseksi Kaste-ohjelmaa toteuttavaan sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämishankkeeseen.

Hilpinen, K., Huumonen, S., Kiviranta, J. & Välimaa, A. (toim.) 2012. Startti parempaan elämään – Starttivalmennuksen perusteet. Vaajakoski: Valtakunnallinen työpajayhdistys ry.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus. 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. THL:n internetsivut. Päivitetty 4.12.2014. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointipolitiikka/elinolot-ja-hyvinvointi/syrjaytyminen-ja-osallisuus/nuorten-syrjaytyminen/huono-osaisuuden-ylisukupolvisuus> [viitattu 26.10.2015].

Häggman, E. 2011. Raportti työpajatoiminnasta ja etsivästä nuorisotyöstä. Varsinais-Suomen ELY-keskus. Saatavissa: [http://tpy-fi-bin.directo.fi/@Bin/1457907d29ede8fe42ad2061c3018c45/1427186285/application/pdf/208826/raportti\\_tyopajatoiminnasta\\_ja\\_etsivasta\\_nuorisotyosta2011.pdf](http://tpy-fi-bin.directo.fi/@Bin/1457907d29ede8fe42ad2061c3018c45/1427186285/application/pdf/208826/raportti_tyopajatoiminnasta_ja_etsivasta_nuorisotyosta2011.pdf) [viitattu 24.3.2015].

Hämäläinen, U. & Tuomala, J. 2013. Faktaa nuorisotyöttömyydestä. Valtion taloudellisen tutkimuskeskuksen artikkeli 2/2013. VTT:n internetsivut. Saatavissa: [http://www.vatt.fi/file/policybrief/vatt\\_policybrief\\_22013.pdf](http://www.vatt.fi/file/policybrief/vatt_policybrief_22013.pdf) [viitattu 5.9.2015].

Järvikoski, A. 1996. Sisäinen elämänhallinta ja sosiaaliset paineet. Teoksessa Elämänhallintaa etsimässä, toim. Raitasalo, R., s. 35 - 48.

Järvikoski, A. 1994. Vajaakuntoisuudesta elämänhallintaan?: Kuntoutuksen viitekehys ja toimintamallien tarkastelu. Helsinki: Kuntoutussäätiö.

Keltikangas-Järvinen, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. 3. painos. Helsinki: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2000. Tunne itsesi suomalainen. Porvoo: WSOY.

Kirje nuorisotakuun alueellisille ja paikallisille toimijoille. 2013. Arhinmäki, P., Gustafsson, J., Guzenina-Richardson, M., Ihalainen, L., Ristikko, P. & Virkkunen, H. Nuorisotakuun internetsivut. Saatavissa: [http://www.nuorisotakuu.fi/files/36290/Nuorisotakuun\\_tavoitteet\\_ja\\_sisalto\\_-\\_Kirje\\_nuorisotakuun\\_alueellisille\\_ja\\_paikallisille\\_toimijoille.pdf](http://www.nuorisotakuu.fi/files/36290/Nuorisotakuun_tavoitteet_ja_sisalto_-_Kirje_nuorisotakuun_alueellisille_ja_paikallisille_toimijoille.pdf) [viitattu 4.11.2015].

Kivelä, V. & Lempinen, J. 2009. Arki hallintaan: Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. 1.painos. Turenki: Perhetalo Heideken.

Kylkilahti, E. 2014. Työ ja työttömyys nuorten kertomana: ”kaikki ne onnelliset ihmiset olivat töissä”. Teoksessa Nuoruuden sukupolvet, toim. Vehkalahti, K. & Suurpää, L., s. 201 - 225.

Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2012 - 2015. 2012. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2012:6. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2012/liitteet/OKM06.pdf?lang=fi> [viitattu 11.5.2015].

Leemann, L. & Hämäläinen, R-M. 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla: [https://www.thl.fi/documents/10531/1787240/Tietopaketti\\_Matalan\\_Kynnyksen\\_Palvelut.pdf/8bc8490c-c2e2-4ad5-ada8-0ce8df65435e](https://www.thl.fi/documents/10531/1787240/Tietopaketti_Matalan_Kynnyksen_Palvelut.pdf/8bc8490c-c2e2-4ad5-ada8-0ce8df65435e) [viitattu 23.10.2015].

Metsämuuronen, J. 2000. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: International Methelp.

Miten nuorisotakuu toteutuu?. Nuorisotakuun internetsivut. Saatavissa: [http://www.tem.fi/nuorisotakuu/tietoa\\_takuusta/verkostot\\_ja\\_toteuttajat](http://www.tem.fi/nuorisotakuu/tietoa_takuusta/verkostot_ja_toteuttajat) [viitattu 13.4.2015].

MTV. 2015. Nuorisotyöttömyys kurittaa ankarimmin Kymenlaaksoa. MTV:n internetsivut. Julkaistu 18.4.2015. Saatavissa: <http://www.mtv.fi/uutiset/kotimaa/artikkeli/nuorisotyottomyys-kurittaa-ankarimmin-kymenlaaksoa/5005766> [viitattu 5.10.2015].

Myllyniemi, S. (toim.) 2014. Ihmisarvoinen nuoruus: nuorisobarometri 2014. Saatavissa: [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2015/03/Nuorisobarometri\\_2014\\_web.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2015/03/Nuorisobarometri_2014_web.pdf) [viitattu 11.5.2015].

Niemi, V. 2014. Nuorisotakuu yhteinen asia!. Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskuksen internetsivut. Saatavissa: [https://www.ely-keskus.fi/documents/10191/5597150/Kouvola\\_Nuorisotakuun+toimintamalli\\_Veikko\\_Niemi.pdf/9481c443-b92e-4933-9090-52324e1da2b3](https://www.ely-keskus.fi/documents/10191/5597150/Kouvola_Nuorisotakuun+toimintamalli_Veikko_Niemi.pdf/9481c443-b92e-4933-9090-52324e1da2b3) [viitattu 5.9.2015].

Nuorisolaki 27.1.2006/72.

Nuorisotakuu auttaa eteenpäin. Nuorisotakuun internetsivut. Saatavissa: [http://www.nuorisotakuu.fi/nuorisotakuu/tietoa\\_takuusta](http://www.nuorisotakuu.fi/nuorisotakuu/tietoa_takuusta) [viitattu 19.2.2015].

Nuorisotakuu jatkuu yhtenä hallituksen kärkihankkeista. 2015. Nuorisotakuun internetsivut. Päivitetty 28.5.2015. Saatavissa: [http://www.nuorisotakuu.fi/nuorisotakuu/tietoa\\_takuusta/ajankohtaista/nuorisotakuu\\_jatkuu\\_yhtena\\_hallituksen\\_karkihankkeista.118164.news](http://www.nuorisotakuu.fi/nuorisotakuu/tietoa_takuusta/ajankohtaista/nuorisotakuu_jatkuu_yhtena_hallituksen_karkihankkeista.118164.news) [viitattu 5.10.2015].

Nuorten syrjäytyminen. 2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. THL:n internet-sivut. Päivitetty 13.3.2015. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointipoliittikka/elinolot-ja-hyvinvointi/syrjaytyminen-ja-osallisuus/nuorten-syrjaytyminen> [viitattu 30.9.2015].

Nuorten yhteiskuntatakuu 2013. 2012. TEM raportteja 8/2012. Työ- ja elinkeinoministeriön internetsivut. Saatavissa: [https://www.tem.fi/files/32352/Nuorten\\_yhteiskuntatakuu\\_-tyoryhman\\_raportti\\_\(2\).pdf](https://www.tem.fi/files/32352/Nuorten_yhteiskuntatakuu_-tyoryhman_raportti_(2).pdf) [viitattu 19.2.2015].

Paolini, G. Youth Social Exclusion and Lessons from Youth Work. Report produced by the Education, Audiovisual and Culture Executive Agency (EACEA). Saatavissa: <http://ec.europa.eu/youth/library/reports/eurydice-study-social-exclusion-2013.pdf> [viitattu 29.10.2015].

Pekkala, T. (toim.) 2009. Työ- ja yksilövalmennuksen perusteet. 6. painos. Helsinki: Valtakunnallinen työpajayhdistys ry.

Raitasalo, R. 1995. Elämänhallinta sosiaalipolitiikan tavoitteena. Helsinki: Kansaneläkelaitos.

Raunio, K. 1995. Sosiaalipolitiikan lähtökohdat. 5. painos. Helsinki: Gaudeamus.

Riihinen, O. 1996. Elämänhallinta -käsitteen erittelyä ja ongelmia. Teoksessa: Raitasalo, R. (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki: Kansaneläkelaitos, s. 16 - 34.

Ruusuvuori, J. 2010. Litteroijan muistilista. Teoksessa Haastattelun analyysi, toim. Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M., s. 424 - 431.

Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2005a. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Haastattelu: Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus, toim. Ruusuvuori, J. & Tiittula, L., s. 22 - 56.

Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2005b. Johdanto. Teoksessa Haastattelu: Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus, toim. Ruusuvuori, J. & Tiittula, L., s. 9 - 21.

Similä, J. 2012. Lasten ja nuorten yhteiskunnallinen hyvinvointi alkaa arjen hallinnasta. Opetus- ja kulttuuriministeriön verkkolehden internetsivut. <http://www.minedu.fi/etusivu/arkisto/2012/1005/teemapalsta.html?lang=fi> [viitattu 10.3.2015].

Soikkeli, T. 2015. Paja ilman kynnystä. Mielenterveys-lehti 4/2015, s. 30 - 32.

STM. Syrjäytymisen ja köyhyyden ehkäiseminen. Sosiaali- ja terveysministeriön internetsivut. Saatavissa: <http://stm.fi/syrjaytymisen-ja-koyhyiden-ehkaisy> [viitattu 26.10.2015].

Syrjäytyminen. 2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. THL:n internetsivut. Päivitetty 15.6.2015. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/hyvinvointi/hyvinvointi-ja-terveyserot/syrjaytyminen> [viitattu 26.10.2015].

THL. 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen internetsivut. Päivitetty 27.8.2015. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/sokra/tutkimustietoa-osallisuudesta/matalan-kynnyksen-palvelut> [viitattu 5.10.2015].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. 6. uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Työpajatoiminta Suomessa. 2015. Valtakunnallinen työpajayhdistys ry. TPY:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.tpy.fi/tyopajatoiminta-suomessa/> [viitattu 24.3.2015].

Uutela, A. 1996. Ulkoinen ja sisäinen elämänhallinta ja sairauskäyttäytyminen. Teoksessa Elämänhallintaa etsimässä, toim. Raitasalo, R., s. 49 - 56.

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vuorio, S. 1996. Mitä tarkoitamme puhuessamme elämänhallinnasta: kadoksissa käsiteviidakossa. Teoksessa Elämänhallintaa etsimässä, toim. Raitasalo, R., s. 84 - 96.

Värtinen, V. 2013. Kipinä syttyy työpajoilla: Nuorten työpajat Kaakkois-Suomessa 2013. Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskuksen raportteja 90 | 2013. Saatavissa: [http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/93207/Raportteja\\_90\\_2013.pdf?sequence=2](http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/93207/Raportteja_90_2013.pdf?sequence=2) [viitattu 24.3.2015].

## HAASTATTELULUPA

Opiskelen Kymenlaakson ammattikorkeakoulussa sosiaalialan koulutusohjelmassa. Tavoitteenani on valmistua joulukuussa 2015 sosionomiksi. Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää, onko pajatoiminta vaikuttanut nuorten arjenhallintaan ja selvittää millaisia kokemuksia pajalaisilla on pajatoiminnasta.

Haastateltavat pysyvät nimettöminä eikä heitä pystytä tunnistamaan valmiista opinnäytetyöstä. Haastattelun voi keskeyttää halutessaan missä vaiheessa tahansa. Aineistoa käytetään ainoastaan opinnäytetyötäni varten.

Allekirjoittamalla lupalomakkeen suostut osallistumaan opinnäytetyöhön liittyvään teema-haastatteluun. Suostut siihen, että sinua haastatellaan ja haastattelu nauhoitetaan.

Paikka ja aika

Allekirjoitus ja nimenselvennys

## Opinnäytetyön haastattelurunko – Jenni Ripatti

### Nuorten paja

#### Taustatietoja

- ikä
- sukupuoli
- koulutus-/työtausta
- pajalla olo aika

#### Kokemuksia pajatoiminnasta ja ohjauksesta

- miten päädyit pajalle?
- millaisena koet pajatoiminnan? miksi?
- millaista ohjausta olet saanut?
- millaisena olet ohjauksen kokenut?

#### Elämänhallinta

(arjen sujuminen, vapaa-aika, sosiaaliset suhteet)

- miten pajalla käyminen on vaikuttanut arjen sujumiseen (päivärytmi, arjen rutiinit)?
- oletko oppinut pajalla taitoja, jotka auttavat selviytymään arjesta? mitä?
- onko pajalla käyminen vaikuttanut vapaa-aikaasi? miten?
- onko mielestäsi pajalla käynti vaikuttanut ihmissuhteisiisi tai sosiaalisiin taitoihisi? miten?
- oletko saanut pajalla uusia kaverisuhteita? ovatko ne sinulle tärkeitä?
- millainen merkitys pajan toiminnalla on siihen miten hoidat arjen asioitasi (hakemusten täyttäminen, laskujen maksaminen, kaupassa käyminen jne.)?

(psykykinen toimintakyky, arjessa jaksaminen, tulevaisuuden näkymät)

- miten pajan toimintaan osallistumisella on ollut vaikutusta mielialaasi?
- miten itsetunnossasi on tapahtunut muutoksia pajalla käymisen johdosta?
- miten pajalla käyminen on vaikuttanut jaksamiseesi arjessa?

- luotatko tällä hetkellä omiin kykyihisi ja voimavaroihisi? onko siinä tapahtunut muutosta pajajakson aikana?
  - millaisena näet tulevaisuutesi?
  - miten paja on vaikuttanut ajatuksiisi tulevaisuudesta?
- 
- Mitkä asiat pajatoiminnassa ovat mielestäsi vaikuttaneet merkittävimmin arjenhallintaasi?

#### Jatko

- onko pajatoiminasta on ollut sinulle hyötyä? (jos kyllä, mitä? /jos ei, mikä ollut esteenä?)
- onko pajatoiminta parantanut tai heikentänyt koulutus-/työllistymismahdollisuuksia?
- millaisia tulevaisuuden suunnitelmia sinulla on?